

# **Turismo Sénior** **Estudo de caso no Concelho de Câmara de Lobos**

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

**Melissa Antonela Velosa de Castro**

MESTRADO EM CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO - EDUCAÇÃO SÉNIOR



UNIVERSIDADE da MADEIRA

*A Nossa Universidade*  
www.uma.pt

outubro | 2014

UMa

Tur

**Turismo sénior:**

Estudo de Caso no Concelho de Câmara de Lobos

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

**Melissa Antonela Velosa de Castro**

MESTRADO EM CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO – EDUCAÇÃO SÉNIOR

ORIENTAÇÃO

Alice Maria Justa Ferreira Mendonça



## **Dedicatória**

À minha família,  
por todo o apoio dado durante a realização deste trabalho.

## **Agradecimentos**

Quero agradecer a todos aqueles que de alguma forma contribuíram, direta ou indiretamente, para a realização deste trabalho, através de sugestões, críticas construtivas ou de simples palavras de incentivo e de motivação.

Em primeiro lugar quero agradecer à minha família por ter estado sempre ao meu lado a apoiar-me e a incentivar. Principalmente à minha mãe, Manuela, que foi a minha maior motivadora e apoiante deste projeto.

À minha orientadora, a Professora Doutora Alice Mendonça, pela disponibilidade e apoio demonstrado no decorrer deste trabalho.

Aos funcionários da Câmara Municipal de Câmara de Lobos que me auxiliaram no contato com os idosos.

Aos idosos que participaram na investigação pela informação disponibilizada tornando assim possível a realização deste estudo.

À Universidade da Madeira pela disponibilização dos instrumentos de apoio à realização desta dissertação.

Aos amigos e colegas que frequentaram o curso.

## **Resumo**

A sociedade portuguesa, e em particular a Região Autónoma da Madeira, possuem atualmente um grande número de idosos, o que acarreta novos problemas sociais.

Desta forma, surge a política social do *envelhecimento ativo*. Esta política ambiciona que os idosos participem em questões sociais, económicas, culturais, espirituais e cívicas.

Um dos problemas, com a passagem à reforma, é o excesso de tempo livre experienciado por alguns idosos. Este poderá ser ocupado com atividades que os motivem e os estimulem e, é dentro deste tempo livre, que surge o turismo sénior, tema selecionado para o presente trabalho.

Esta investigação tem como principal objetivo compreender os hábitos de turismo dos seniores residentes no Concelho de Câmara de Lobos e saber como estes os afetam no seu envelhecimento ativo.

Recorremos a uma abordagem qualitativa e quantitativa neste estudo de caso e à utilização da entrevista como técnica de recolha de dados. Foram entrevistados dez seniores (cinco homens e cinco mulheres) das várias freguesias deste concelho de forma a abranger a totalidade do mesmo.

A realização deste estudo permitiu-nos concluir que estes idosos têm efetivamente hábitos de turismo que se ajustam à noção de envelhecimento ativo.

**Palavras-chave:** sénior, envelhecimento ativo, lazer, turismo sénior.

## **Abstract**

The Portuguese, and in particular the Autonomous Region of Madeira, society currently have a large number of elderly, which leads to new social problems.

Thus, the social policy of active aging arises. This policy aims that older people participate in social, economic, cultural, spiritual and civic affairs.

One of the problems with the retirement, is the excess of free time experienced by some seniors. This could be busy with activities that motivate and encourage them, and it is within this free time, comes the Senior Tour, the theme selected for this work.

This research aims to understand the habits of tourism of senior residents in the municipality of Câmara de Lobos and know how they affect their active aging.

We use a qualitative and quantitative approach in this case study and the use of the interview as a technique for data collection. Ten seniors (five men and five women) were interviewed from various parishes of the municipality to cover all of it.

This study allowed us to conclude that these people do have tourism habits that fit the active aging concept.

**Keywords:** senior, active aging, leisure, senior tourism.

## Résumé

La société portugaise, et en particulier la région autonome de Madère, possède actuellement un grand nombre de personnes âgées, ce qui conduit à de nouveaux problèmes sociaux.

Ainsi, la politique sociale du vieillissement actif se pose. Cette politique vise que les personnes âgées participent à des affaires sociales, économiques, culturelles, spirituelles et civiques.

Un des problèmes avec le départ à la retraite, est l'excès de temps libre vécu par certaines personnes âgées. Cela pourrait être occupé avec des activités qui les motivent et encouragent eux et c'est dans ce temps libre qui vient du Senior Tour, sélectionné pour ce thème d'étude.

L'objectif est la recherche pour comprendre les habitudes de tourisme de résidents âgés dans la commune de Câmara de Lobos et de savoir comment ils affectent leur vieillissement actif.

Nous utilisons une approche qualitative et quantitative de cette étude de cas et l'utilisation des entrevues comme une technique de collecte de données. Pour dix répondants supérieurs (cinq hommes et cinq femmes) provenant de diverses paroisses de la municipalité pour couvrir tout cela.

Cette étude nous a permis de conclure que ces gens ont des habitudes de tourisme qui correspondent à la notion de vieillissement actif.

**Mots-clés:** personnes âgées, le vieillissement actif, les loisirs, le tourisme de personnes âgées.



## **Resumen**

La sociedade portuguesa, y en particular la Región Autónoma de Madeira, cuenta actualmente con un gran número de personas de edad avanzada, que nos lleva a nuevos problemas sociales.

Por lo tanto, la política social del envejecimiento activo Surge. Esta política tiene como objetivo Que las personas mayores participar en los asuntos sociales, económicos, culturales, espirituales y cívicas.

Uno de los problemas con la jubilación es el exceso de tiempo libre que sufren algunas personas mayores. Esto podría ser ocupado con motivar actividades que y animarles Ellos y es dentro de este equipo libre Que el turismo de alto nivel Surge, el seleccionado el tema de este estudio.

Esta investigación tiene como objetivo conocer los hábitos del turismo de los residentes mayores en el municipio de Câmara de Lobos y saber cómo afectan a su envejecimiento activo.

Utilizamos un enfoque cualitativo y cuantitativo en este estudio de caso y el uso de entrevistas como técnica de recolección de datos. Durante diez encuestados senior (cinco hombres y cinco mujeres) de diferentes parroquias del municipio para cubrir la totalidad de la misma.

Este estudio permitió concluir que estas personas tienen hábitos de turismo que se ajustan al concepto de envejecimiento activo.

**Palabras clave:** mayor, el envejecimiento activo, el ocio, el turismo senior.

## Índice Geral

Dedicatória.....	iii
Agradecimentos.....	iv
Resumo .....	v
Abstract.....	vi
Résumé .....	vii
Resumen .....	viii
Índice Geral .....	ix
Índice de Quadros.....	xiii
Índice de Tabelas.....	xiv
Índice de Figuras .....	xv
Siglas e Abreviaturas Utilizadas.....	xvi
Introdução.....	1
CAPÍTULO I – FUNDAMENTAÇÃO DA INVESTIGAÇÃO .....	5
1 – Motivos Intrínsecos que nos conduziram à escolha da temática em estudo.....	6
2 – Objetivos gerais da investigação .....	6
2.1 – Objetivos específicos .....	7
CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO DA INVESTIGAÇÃO .....	8
1 – Definição de Sénior .....	9
2 – Conceito de envelhecimento.....	11
2.1 – Envelhecimento cronológico vs. Envelhecimento biológico.....	12
2.2 – O envelhecimento e a sociedade .....	13
2.2.1 – Problemas sociais do envelhecimento.....	16
2.3 – Envelhecimento ativo vs. Envelhecimento bem-sucedido .....	19
3 – Reforma, Lazer e Ócio na Terceira Idade.....	25
3.1 – Animação Sociocultural.....	29

3.1.1 – Animação Sociocultural na Terceira Idade .....	30
3.1.2 – Animação Turística na Terceira Idade .....	31
4 – Conceito de Turismo .....	33
4.1 – Fatores de motivação para o Turismo .....	34
5 – Conceito de Turista.....	38
5.1 – Categorias de Turistas.....	39
6 – Resenha histórica das Viagens e de Turismo .....	41
6.1 – Evolução do Turismo na RAM.....	43
7 – Turismo sénior.....	45
8 – Perfil do Turista Sénior.....	48
CAPÍTULO III – QUESTÕES METODOLÓGICAS .....	50
1 – Investigação empírica.....	51
1.1 – Metodologia mista .....	51
1.2 – Estudo de caso .....	53
1.3 – Instrumentos de recolha de dados .....	53
1.3.1 – Entrevista.....	54
1.4 - Tratamento dos dados.....	55
1.5 – Caracterização Demográfica da Região Autónoma da Madeira.....	57
1.5.1 – Caracterização do local de pesquisa: do concelho às freguesias.....	59
1.5.1.1 – Caracterização demográfica do Concelho de Câmara de Lobos.....	59
1.5.1.2 – Câmara de Lobos.....	62
1.5.1.3 – Estreito de Câmara de Lobos .....	62
1.5.1.4 – Quinta Grande .....	63
1.5.1.5 – Curral das Freiras .....	63
1.5.1.6 – Jardim da Serra.....	64
1.6 – Seleção dos sujeitos do estudo.....	64

CAPÍTULO IV – APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS DA INVESTIGAÇÃO .....	66
1 – Entrevistas aos Seniores do Concelho de Câmara de Lobos .....	67
1.1 – Dados pessoais .....	69
1.2 – Hábitos de Viagem.....	76
1.3 – Frequência das Viagens .....	76
1.7 – Pagamento.....	84
1.8 – Motivações para viajar.....	85
1.9 – Destinos .....	87
1.10 – Meios de transporte.....	88
1.11 – Alojamento do Sénior Viajante.....	89
1.12 – Influência do preço na aquisição das viagens .....	90
1.13 – Experiências positivas e negativas nas viagens .....	91
1.14 – Benefícios .....	92
1.15 – Nível de satisfação .....	93
1.16 – Preocupações .....	94
1.17 – Sentimentos no Regresso a Casa .....	95
2 – Interpretação de dados .....	96
CAPÍTULO V – DISCUSSÃO DOS RESULTADOS .....	99
1 – Conclusões.....	100
1.1 – Respostas às questões de investigação.....	100
1.2 – Considerações Finais .....	103
Bibliografia.....	108
Revistas.....	114
Sítios da Internet.....	115

## Índice de Gráficos

Gráfico I – Distribuição dos Entrevistados por Grupos de Idade e pelo Género .....	70
Gráfico II – Profissão Exercida .....	71
Gráfico III – Escolaridade dos Entrevistados .....	73
Gráfico IV – Rendimento Mensal vs. Género .....	74
Gráfico V – Frequência das Viagens .....	76
Gráfico VI – Com quem viaja .....	77
Gráfico VII – Finalidade das Viagens .....	85
Gráfico VIII – A Idade e as Motivações Para Viajar .....	86
Gráfico IX – O Estado Civil e as Motivações Para Viajar .....	86
Gráfico X – Rendimento mensal vs. Preço da viagem .....	91
Gráfico XI – Preocupações que Antecedem as Viagens .....	94

## **Índice de Quadros**

Quadro I – Critérios do Envelhecimento Bem-sucedido .....	24
Quadro II – Atividades para ocupação dos tempos-livres na reforma .....	27
Quadro III – Categorias do Turismo de acordo com a origem dos visitantes .....	36
Quadro IV – Categorias de Turismo consoante as motivações dos viajantes .....	36
Quadro V – Categorização dos Tipos de Visitantes e Turistas .....	39

## Índice de Tabelas

Tabela I - Distribuição dos Grupos Etários e Índice de Envelhecimento no Concelho de Câmara de Lobos .....	59
Tabela II – Distribuição dos Residentes do Concelho de Câmara de Lobos pelas várias Freguesias entre 2001-2011 .....	60
Tabela III – Identificação dos Entrevistados Consoante a Idade e o Género .....	69
Tabela IV – Distribuição dos Entrevistados por Grupos de Idade .....	69
Tabela V – Estado Civil dos Entrevistados .....	71
Tabela VI – Rendimento vs. Escolaridade .....	75
Tabela VII – Profissão vs. Escolaridade.....	75
Tabela VIII – Viajar Acompanhado .....	78
Tabela IX – Género dos Entrevistados e opção por Acompanhante .....	79
Tabela X – Locais de Marcação de Viagens .....	81
Tabela XI – Locais de Marcação das Viagens vs. Acompanhantes .....	82
Tabela XII – Locais de Divulgação das Viagens .....	83
Tabela XIII – Modalidades de Pagamento vs. Rendimento .....	84
Tabela XIV – Meios de Transporte Utilizados.....	88
Tabela XV – Alojamento do Sénior Viajante.....	89
Tabela XVI - Nível de Satisfação face às Viagens.....	93

## **Índice de Figuras**

Figura I – Determinantes do Envelhecimento Ativo .....	20
Figura II – Pirâmide de Maslow .....	35
Figura III – Pirâmide Etária da População Residente na RAM (2001 e 2011) .....	57



## **Siglas e Abreviaturas Utilizadas**

DGS – Direção Geral de Saúde

DREM – Direção Regional de Estatística da Madeira

EMBRATUR – Instituto Brasileiro do Turismo

INE – Instituto Nacional de Estatística

INR – Instituto Nacional para a Reabilitação

OMS – Organização Mundial de Saúde

OMT – Organização Mundial de Turismo

ONU – Organização das Nações Unidas

PGM – Plano Gerontológico da Madeira

RAM – Região Autónoma da Madeira

## **Introdução**

À semelhança do que ocorre noutros países europeus, Portugal apresenta uma população cada vez mais envelhecida. Tal fenómeno tem vindo a acentuar-se nas últimas décadas, para grande preocupação de cientistas e governantes.

Os movimentos migratórios que se deram na década de 60 contribuíram de forma decisiva, para o envelhecimento demográfico da população. Segundo Rosa (1999), apesar destes movimentos terem contribuído para a alteração conjuntural da composição da estrutura etária portuguesa, reconhece-se que foi graças à evolução dos comportamentos relativos à fecundidade e à mortalidade, que se processou uma transformação do perfil etário da população portuguesa, de modo a que o envelhecimento se “instalasse” como uma tendência social.

É possível ainda realçar que a evolução da mortalidade colabora duplamente na intensificação da expressão quantitativa do grupo de idade 65 e mais anos, devido ao crescimento do número de idosos que atingem os 65 anos e ao acréscimo do número de anos que cada indivíduo, após os 65 anos, pode ainda viver.

A realidade da Região Autónoma da Madeira não é muito diferente daquela que se verifica na restante população portuguesa.

A categorial social velhice “ficou institucionalmente fechada nas fronteiras de um limiar de idade fixo, cujo acesso é reforçado pela detenção de uma pensão de reforma” (Fernandes, 1997, p. 20), ou seja, este conceito é a consequência de uma construção coletiva da realidade, com conteúdo universal, consensual, legítimo, com relativa autonomia e aceite pelos indivíduos. A categoria social, “o velho” (re)conhece e confere legitimidade às imagens e representações tradicionais de velhice construídas acerca dos indivíduos com idades a partir dos 60 ou 65 anos. (idem)

Revela-se necessário que o estudo sociológico do problema social da velhice rompa com a visão do senso comum, cuja tendência se cinge a tratar uma categoria de idades como se fosse um grupo de agentes homogéneos, não diferenciados, dotados das mesmas potencialidades reconhecidas pelo social. (Lenoir, 1990)

Segundo Fontaine (2000), a velhice bem-sucedida está associada à união de três grandes condições: a redução da probabilidade de doenças, em especial as que causam perdas de autonomia; manutenção de um elevado nível funcional nos planos cognitivos e

físicos; a conservação do empenhamento social e de bem-estar subjetivo. É neste contexto de empenhamento social que surge a animação sociocultural e com ela, o turismo.

A ilha da Madeira, foi desde os seus primórdios, um porto de passagem para navios e com estes chegaram os primeiros turistas.

Desde o século XVII a Madeira tem atraído cada vez mais turistas de todas as idades e dos mais variados pontos do globo. Recebendo a região tantos e variados turistas, pergunta-se: será que a população sénior madeirense também gosta de viajar? Este é, então, o ponto de partida para o presente trabalho: conhecer o turista sénior madeirense, em particular o que reside no concelho de Câmara de Lobos.

Apesar de existirem diversos estudos sobre o turismo ao nível de Portugal continental, pouco se sabe sobre o povo madeirense, enquanto turista.

O trabalho incidirá no turista sénior, com idade igual ou superior aos 65 anos, dado que esta é, comumente, a idade da reforma.

Assim, esta investigação reveste-se das características de estudo de caso, com o recurso à entrevista como instrumento de recolha de dados. Para o seu tratamento a metodologia adotada foi mista. O estudo incide sobre dez idosos, cinco do género feminino e cinco do género masculino. O objetivo geral desta investigação será:

### **Apurar os hábitos de turismo dos seniores residentes no Concelho de Câmara de Lobos.**

Para responder a esta questão foram traçados os seguintes objetivos específicos, os quais servem, ao mesmo tempo, de guias para esta investigação:

1. Saber se alguns seniores de Câmara de Lobos efetivamente saem dos seus locais de residência por mais de 24 horas.
2. Conhecer quais os destinos preferidos.
3. Determinar as razões que os levam a ausentarem-se dos seus locais de residência.
4. Determinar se essas ausências se inserem no conceito de turismo.
5. Saber de que modo os seniores têm conhecimento das viagens e efetuam as suas reservas (sozinhos ou através de terceiros).
6. Saber se viajam acompanhados e por quem habitualmente se fazem acompanhar.

De forma a obter uma resposta aos objetivos anteriormente mencionados foram idealizadas as seguintes questões:

1. Qual a frequência com que os idosos do Concelho de Câmara de Lobos viajam e com quem o fazem?
2. Como reservam as viagens e onde obtêm informações sobre as mesmas?
3. Quais os métodos de pagamento?
4. Quais os destinos e com que finalidade viajam?
5. Quais os benefícios e preocupações que o facto de viajar trás aos seniores?

Outras questões que nortearam a investigação apresentada neste trabalho foram: as idades dos madeirenses seniores que viajam, o género e o poder económico. Queremos descobrir se o facto de nos encontrarmos num momento de crise económica afeta a vontade e a ambição de viajar. Mas também pretendemos saber quais são as entidades que promovem o turismo dentro do concelho de Câmara de Lobos, como o promovem/divulgam, quem adere às iniciativas, se os destinos propostos são adequados às necessidades e especificidades desta faixa etária, entre outros aspetos.

Passemos agora para a organização formal pela qual se conduz este trabalho de investigação.

A primeira parte deste trabalho trata da fundamentação da investigação. Descrevem-se os motivos que nos levaram à escolha da temática; os objetivos gerais e específicos, alguns dos quais já supra mencionados.

Num segundo momento, definimos o conceito de envelhecimento e o seu impacto na sociedade atual, nomeadamente as problemáticas que advêm do aumento da esperança média de vida. Definimos também o conceito de envelhecimento ativo em todas as suas componentes e implicações para os seniores. Destacando o que é necessário para se atingir um envelhecimento bem-sucedido. A passagem à reforma traz, na sua essência, um aumento do tempo livre, e assim definimos os conceitos de *lazer* e *ócio* e indicamos como estes podem ser ocupados com o recurso à animação sociocultural, onde se integra o conceito de turismo.

Assim, abordamos o turismo, definindo-o e categorizando-o conforme as motivações e desejos dos indivíduos e para o contextualizar, fazemos uma breve resenha sobre a sua evolução histórica. Dado que o turista que mais importa referir para este trabalho é o sénior, tentamos compreender as motivações que os levam a viajar.

As questões metodológicas são tratadas na terceira parte, onde explicamos em que consiste esta investigação, bem como os métodos utilizados, os instrumentos que permitiram a obtenção dos dados, o seu tratamento bem como os critérios de seleção dos indivíduos para este estudo. Este capítulo contempla uma caracterização demográfica da Região Autónoma da Madeira e, em particular, do concelho de Câmara de Lobos, visto ser o local onde se centrou o presente estudo. Caracterizamos este local de forma geral e mencionamos alguns aspetos socioeconómicos das várias freguesias que compõem este concelho.

No quarto capítulo encontra-se a apresentação e análise detalhada dos dados recolhidos ao longo da investigação e que pretendem objetivar as propostas constantes neste trabalho.

O quinto capítulo apresenta a discussão dos resultados em conformidade com os objetivos que nos propusemos atingir com a realização deste estudo.

Por último são tecidas as nossas considerações finais com a apresentação das conclusões baseadas nesta pesquisa e na análise dos dados da investigação. Mencionamos ainda algumas recomendações.

## **CAPÍTULO I – FUNDAMENTAÇÃO DA INVESTIGAÇÃO**

## **1- Motivos Intrínsecos que nos conduziram à escolha da temática em estudo**

A eleição do tema do presente trabalho de investigação não foi fruto do acaso.

Foram várias as razões que nos levaram à seleção da temática: Turismo Sénior: Estudo de Caso no concelho de Câmara de Lobos.

A primeira razão prende-se com o facto de considerarmos o turismo como um tema atual - é a principal atividade económica da Região -, sendo ao mesmo tempo um assunto popular nas camadas mais jovens da população, pretendendo, desta forma, saber até que ponto o é, também, na camada sénior e, em particular, no concelho de Câmara de Lobos.

Um outro motivo – assumindo-se este como o principal da escolha do tema -, foi a participação numa atividade de turismo sénior organizado pela Câmara Municipal de Câmara de Lobos onde verificámos que, apesar de existirem alguns programas com essa nomenclatura, não existia nenhuma divulgação de dados ou estudos sobre os seniores da Região Autónoma da Madeira e os seus hábitos de turismo.

As nossas experiências profissionais e a própria formação que temos vindo a receber ao longo do Mestrado de Ciências da Educação – Educação Sénior levaram-nos a querer compreender melhor esta problemática.

## **2 – Objetivos gerais da investigação**

A presente investigação tem como principal objetivo compreender os hábitos de turismo dos seniores residentes no Concelho de Câmara de Lobos e saber como estes os afetam ao nível do envelhecimento. Para tal, utilizaremos como instrumentos de recolha de dados a entrevista.

Para além destas questões, pretendemos compreender outros aspetos que nos suscitem algumas dúvidas para que seja possível compreender melhor a temática em estudo.

Com isto, desejamos apurar quais as influências subjacentes à participação destes idosos em atividades de turismo no que diz respeito às suas ligações sociais, pessoais e familiares.

Pretendemos, também, averiguar como é que as atividades relacionadas com o turismo contribuem para o enriquecimento pessoal, social e cultural destes seniores.

## **2.1 – Objetivos específicos**

Algumas das questões levantadas e consideradas como objetivos específicos:

- Aferir se os idosos de Câmara de Lobos ocupam algum do seu tempo livre/lazer através de atividades relacionadas com o turismo;
- Compreender como é que estas atividades os afetam;
- Perceber se os idosos residentes no concelho de Câmara de Lobos saem efetivamente dos seus locais de residência por mais de 24 horas;
- Conhecer quais os destinos e a duração da sua estadia nesses mesmos locais;
- Determinar as razões/motivações que os levam a ausentarem-se dos seus locais de residência;
- Determinar se essas ausências se inserem no conceito de turismo;
- Saber de que forma os seniores têm conhecimento das viagens e efetuam as suas reservas (sozinhos ou através de terceiros);
- Saber se viajam acompanhados e por quem habitualmente se fazem acompanhar.
- Identificar quais os seus sentimentos quando viajam;
- Verificar se existe uma relação entre o rendimento e a frequência com que viajam;



## **CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO DA INVESTIGAÇÃO**

## 1 – Definição de Sénior

Para compreendermos o presente trabalho considerámos importante definir alguns termos que irão surgir ao longo do mesmo. O primeiro termo é a palavra “*idoso*” e, segundo o dicionário<sup>1</sup>, a palavra “idoso” significa “quem tem idade avançada”, o que, na nossa sociedade, assume uma conotação negativa. Já a palavra “sénior”<sup>2</sup>, e de acordo com o mesmo dicionário, significa: “Mais velho, relativamente a outro”.

Ao definirmos esta faixa etária importa referir que:

“Qualquer limite cronológico para definir as pessoas idosas é sempre arbitrário e dificilmente traduz a dimensão biológica, física e psicológica da evolução do ser humano. A autonomia e o estado de saúde dever ser fatores a ter em conta pois afetam os indivíduos com a mesma idade de maneira diferente” (INE, 2002, p. 189)

De acordo com o Instituto Nacional de Estatística (INE), “consideram-se pessoas idosas, os homens e as mulheres com idade igual ou superior a 65 anos, idade que em Portugal está associada à idade da Reforma” (cit. in Plano Gerontológico da Madeira, 2009, p. 31)

“A velhice é um termo impreciso, uma palavra cujo sentido continua a ser vago. O único rito de passagem é contemporâneo e artificial: a reforma, cujo momento é mais determinado pelos constrangimentos socioeconómicos do que pela idade real. Biologicamente, os homens começam a envelhecer desde o nascimento, mas em velocidades muito diferentes. A situação social, a forma de vida e o envolvimento cultural aceleram ou diminuem a evolução biofisiológica e fazem-nos entrar na velhice em idades muito variadas”. (Fernandes, 2009, p. 9)

Segundo Miller (1997), “cronologicamente e legalmente, considera-se idoso a pessoa de 65 anos de idade ou mais”, sendo esta uma forma de separar a idade adulta e idade da velhice. (cit. in Imaginário, 2005, p.44)

Segundo Paúl (2005), a idade de 65 anos “deixou de constituir um indicador rigoroso para o início da velhice, privilegiando-se a existência de múltiplas idades passíveis de transição entre a idade adulta e a velhice”. (cit. in Sequeira, 2010, p. 7)

---

<sup>1</sup> Priberam, 2008-2013, <https://www.priberam.pt/dlpo/idoso> [consultado em 28-01-2014]

<sup>2</sup> Ibidem, <https://www.priberam.pt/dlpo/s%C3%A9nior> [consultado em 28-01-2014].

Ser sénior/idoso/velho não é sinónimo de doença ou de ser doente. “A velhice não é uma idade cronológica nem o envelhecimento sinal de *deficit*, declínio ou percurso patológico”. (Nunes, 2005, p. 65)

“A pessoa velha é portadora de uma história, de uma cultura, de toda uma experiência de vida, de saber e de existência que deverá ser partilhada com outras gerações. O termo “terceira idade”, que tem a ver com pessoas com mais de 65 e mais anos, relaciona-se antes de mais com a reforma/aposentação do seu posto de trabalho.” (ibidem)

## 2- Conceito de envelhecimento

*Envelhecer é antes de mais uma arte (...), uma capacidade de interpretar em cada momento a vida existencial no seu percurso para a morte. (...) é tomar a consciência de si, é encontrar-se, é a moderação do ego, é conhecer as limitações do corpo”*  
(Nunes, 2005, p. 65)

São várias as definições para o termo “envelhecimento”. Cada autor, dependendo da sua formação, tem a sua própria definição, embora existam vários pontos em comum entre elas. Como tal, achámos importante referir algumas das vigentes definições propostas.

Segundo Henrard (s.d.) “O envelhecimento é um conceito de duplo sentido que engloba a senescência como expressão do desenrolar do tempo biológico, e o avanço da idade como desenrolar do tempo cronológico” (cit. in Vaz, 2008, p. 28).

O mesmo autor afirma ainda:

“A senescência é definida habitualmente como o conjunto dos processos biológicos que, na medida em que a idade avança, coloca os indivíduos mais sensíveis aos fatores suscetíveis de levar à morte. A morte pode acontecer após o declínio das capacidades de adaptação do organismo para manter as suas funções internas face às agressões exteriores tais como as doenças ou os acidentes. Os processos próprios à senescência respondem a quatro critérios largamente aceites: ser universal, progressivo, endógeno e degenerativo.” (ibidem)

“O envelhecimento é caracterizado pela diminuição progressiva mais ou menos rápida e de intensidade variável da capacidade funcional do organismo, diferente de órgão para órgão e de tecido para tecido, cuja velocidade de progressão depende de fatores hereditários, ambientais, sociais, nutricionais e higieno-sanitários”. (Saldanha, 2009, p. 11)

Para Vitta, “o envelhecimento é considerado um processo lento e gradual. Ocorre em diferentes ritmos para diferentes pessoas e depende de influências genéticas, sociais, históricas e psicológicas do curso da vida. Ele é, porém, universal, isto é, ocorre em todos os seres vivos”. (cit. in Antão, 2012, p. 239)

Deste modo, “envelhecer é um processo que não tem um início preciso, ocorre ao longo da vida do indivíduo e tem a ver com as condições genéticas, biológicas, sociais e psicológicas. O envelhecimento é pois, um fenómeno individual, já que a pessoa pode fazer muito para ser agente do seu próprio envelhecimento.” (Guimarães, 2011, p. 12)

Em suma, o envelhecimento é um processo universal do ser humano, mas como já foi mencionado, é individual para cada homem e engloba vários aspetos, tais como: fisiológicos, sociais e ainda cronológicos. É um processo onde ocorrem diversas alterações nas células, nos tecidos e no funcionamento dos vários órgãos. O facto de o Homem ser um ser biopsicossocial faz com que este seja influenciado mas também influencie o ambiente onde vive, o que por sua vez poderá facilitar ou dificultar o processo de adaptação ao envelhecimento podendo acelerá-lo ou retardá-lo. (Rodrigues, Diogo, & Barros, 1996)

## **2.1 – Envelhecimento cronológico vs. Envelhecimento biológico**

Segundo Paúl e Ribeiro (2012), o envelhecimento é tudo aquilo que acontece com o passar do tempo depois de atingirmos a fase adulta. Utilizam o termo “senescência” para referir a diminuição da capacidade funcional dos organismos. No entanto, referem que alguns autores reservam este termo apenas para a designação de um estágio funcional das células.

Importa referir que não devemos confundir envelhecimento com longevidade. Apesar destes termos estarem relacionados têm significados diferentes. Assim, “a longevidade é a duração da vida de um organismo e depende da progressão do envelhecimento, pois este impõe-lhe um limite mais tarde ou mais cedo.” (idem, p. 23)

“A idade cronológica dificilmente traduz a dimensão biológica, física e psicológica da evolução do ser humano. A idade biológica por si só é também limitativa pois a noção de autonomia e o estado de saúde devem ser fatores a ter em conta pois afetam os indivíduos com a mesma idade de maneiras diferentes.” (Nunes, 2005, p. 67)

Quando falamos sobre envelhecimento é comumente dado mais ênfase ao aspeto cronológico, isto é, à idade cronológica da pessoa, pois na nossa sociedade é este fator que remete para o termo “idoso”. A idade cronológica é por vezes um fator determinante da “velhice”, no entanto esta é muitas vezes definida pelas características físicas e psicológicas da pessoa. (Squire, 2005)

Considera-se idoso o indivíduo que tem 65 anos ou mais, balizando-se este facto com a idade de reforma. No entanto, o envelhecimento vai para além de um “número”.

O envelhecimento biológico, ou seja, o envelhecimento de toda a nossa estrutura física, começa muito antes. Trata-se de um conjunto de modificações inevitáveis e irreversíveis produzidas pelo organismo ao longo do tempo e que conduzem à morte. As modificações biológicas decorrentes do envelhecimento podem ser consideradas universais, intrínsecas e progressivas. As mudanças variam consideravelmente com o tempo e também de um organismo para o outro. Algumas das mudanças ocorrem ao nível da redução da flexibilidade dos tecidos, da perda de algumas células nervosas e do endurecimento dos vasos sanguíneos. Regista-se ainda a diminuição do tónus muscular, que se traduz na instabilidade e imobilidade físicas, incontinência e também na perda de algumas funções cognitivas. (Santos, Nieto, & Quintanilla, 2003)

Para McArdle, Katch e Katch (1998), “o envelhecimento biológico é caracterizado pela diminuição da taxa metabólica, em consequência da redução das trocas energéticas do organismo. Verifica-se uma diminuição acentuada da capacidade de regeneração da célula, o que leva ao envelhecimento dos tecidos”. (cit. in Sequeira, 2010, pp. 20-21)

Comfort (1979), citado por Fernandes (2009, p. 15), explica que “o envelhecimento biológico é caracterizado pela falência na manutenção da homeostase (equilíbrio interno) sob condições de *stress* fisiológico, falência esta que é associada com a diminuição da viabilidade e o aumento da vulnerabilidade do indivíduo”.

## **2.2 – O envelhecimento e a sociedade**

“As mudanças demográficas da segunda metade do século XX vêm confirmar que a esperança de vida continua a aumentar, embora com ritmos diferentes para homens e mulheres, e que o declínio da fecundidade é constante.” (Nunes, 2005, p. 66)

Para Fernandes (1997), o envelhecimento é um fenómeno demográfico que emergiu na segunda metade do século XX, no seio das sociedades industrializadas/desenvolvidas encontrando-se associado, essencialmente, aos progressos humanos atingidos nessa data, dos quais se destacam: mortalidade infantil mais baixa, melhor nutrição, educação, cuidados de saúde e acesso ao planeamento familiar e uma esperança de vida mais elevada.

Saldanha (2009), considera que devido à melhoria das condições de vida das populações houve um aumento da longevidade da população. Isto advém do facto da população ter acesso a melhores condições de saúde, alimentação, habitação, entre outros.

Assim, “o prolongamento do tempo de vida com qualidade é muito mais do que um mero processo biológico, visto que depende não só dos genes, mas também (...), por exemplo, do meio ambiente, das condições familiares, sociais e políticas do país onde o indivíduo viveu a maior parte da sua existência.” (Idem, p. 4)

Em 2002, o INE afirmava que “a sociedade atual caracteriza-se pelo envelhecimento demográfico, transversal nas sociedades ditas desenvolvidas, em consequência do aumento dos níveis de esperança de vida e do declínio da natalidade”. (cit. in Sequeira, 2010, p. 3)

Durante muito tempo, considerou-se que a redução da mortalidade constituía o fator responsável pela emergência do envelhecimento das populações no mundo desenvolvido em geral e na Europa, em particular. Mais tarde, reconheceu-se que a principal causa natural para este fenómeno seria a redução da natalidade. Todavia, existem outras variáveis que contribuem para o envelhecimento demográfico e que não devem ser ignoradas, nomeadamente, os processos migratórios.

Conforme Carrilho e Patrício (2010), a pirâmide etária portuguesa apresenta uma taxa de natalidade em queda, facto que surge conjugado com um grande aumento da esperança de vida.

Os mesmos autores acrescentam:

“A estrutura etária da população portuguesa resulta das diferentes evoluções dos movimentos natural e migratório ao longo do período em observação, traduzida em uma nova distribuição dos grupos etários, com um número de pessoas idosas superior ao número de jovens, refletida nos indicadores demográficos normalmente apresentados para medir o envelhecimento. Em 2001 por cada 100 jovens com menos de quinze anos havia cerca de 104 idosos, em 2009 o rácio eleva-se para 118 idosos, não tendo atingido os 100 nos homens, mas o número de idosas ultrapassou largamente o número de jovens, com o indicador a fixar-se nos 141.” (idem, p.130)

Existem dois tipos de envelhecimento: na base e no topo. O envelhecimento na base caracteriza-se pela diminuição da proporção de jovens e consecutivo estreitamento da base da pirâmide de idade. O envelhecimento no topo traduz-se no aumento da percentagem de idosos, conduzindo assim, a um alargamento na parte superior da pirâmide. (Imagínario, 2005)

Na sociedade atual o envelhecimento tem uma maior visibilidade e passou mesmo a ser uma grande preocupação para os políticos, investigadores, entre outros agentes sociais, devido aos custos que são associados a esta etapa da vida, principalmente na área da saúde.

Há uma busca de respostas que atenuem os custos mas que, simultaneamente, garantam uma boa qualidade das avaliações e intervenções, para que os idosos não se tornem ainda mais vulneráveis. O apoio às famílias e aos cuidadores informais dos idosos deve ser promovido em conjunto com os sistemas de cuidados de saúde. (Sequeira, 2010)

Ribeiro (2001, p. 169) adiciona:

“O envelhecimento sempre despertou, ao longo de vários séculos, curiosidade e interesse por parte de grandes pensadores, cientistas e alguns “curiosos” na procura do “elixir” da vida. Porém é só no nosso século que assistimos a um verdadeiro empenhamento no sentido da procura de soluções para melhorar as condições de vida das pessoas mais velhas.”

De acordo com Pimentel (2001), é em função do tipo de valores e práticas de cada sociedade que se atribui maior ou menor importância ao papel do idoso. Sendo que a forma como se envelhece, e a maior ou menor valorização deste processo, depende mais das sociedades do que da natureza do ser humano.

Assim, o envelhecimento é uma construção social, inserida numa conjunturalidade histórica, na medida em que depende da época e da forma como cada sociedade o conceptualiza. Por outro lado, a forma como nos desenvolvemos e envelhecemos relaciona-se com o meio físico e social em que crescemos. Logo, os efeitos do envelhecimento não são homogêneos, visto que as pessoas idosas são muito diferentes entre si.

O reconhecimento do fenómeno do envelhecimento como um problema social pelas instituições do Estado (consagração estatal), faz com que deixe de ser um problema privado e pouco tematizado, para se transformar num problema que exige soluções coletivas, geralmente sob a forma de regulamentações gerais, direitos, equipamentos ou transferências de recursos económicos.

Todavia, a preocupação em Portugal pela temática do envelhecimento é algo recente. Tal, deve-se ao facto de o fenómeno do envelhecimento da população portuguesa ter sido mais tardio, comparativamente com outros países e porque ainda persiste a ideia de que os idosos são acolhidos e bem tratados pelas suas famílias, quando na realidade isto nem sempre se verifica.

Assim, só a partir do ano de 1974, as políticas sociais portuguesas dirigidas à “terceira idade” contemplaram os indivíduos que viviam em meio rural e urbano em idade limite de reforma, ou todos aqueles que fossem considerados incapacitados para trabalhar.



Em síntese, a nível demográfico, a população portuguesa regista atualmente baixos níveis de fecundidade e de mortalidade, reduções do número médio de pessoas por agregado e ritmos de crescimento próximos de zero.

### **2.2.1 – Problemas sociais do envelhecimento**

*A sociedade criou uma imagem negativa do idoso, facto que contribui também para o autoconceito e a auto-estima que estes têm de si mesmos (...). É dever da sociedade, em geral, e das organizações, em particular, contribuir para a dignidade do idoso para que a velhice seja vivida com bem-estar e que o idoso seja sinónimo de sabedoria/conhecimento (...).* (Sequeira, 2010, p. 36)

O envelhecimento pode ser analisado sob duas grandes perspectivas: a individual e a demográfica. Relativamente à individual, esta relaciona-se com a “maior longevidade dos indivíduos, ou seja, no aumento da esperança média de vida”. O envelhecimento demográfico “define-se pelo aumento da proporção das pessoas idosas na população jovem, e/ou em detrimento da população ativa.” (PGM, 2009, p. 31)

De acordo com a teoria da desvinculação de Cummings (1961), cada sociedade constrói uma imagem de velhice de acordo com a sua estrutura económica, social e política. Deste modo, determinada atitude perante pessoas idosas encontra-se associada ao respeito pelos mais velhos - devido à sua sabedoria e aos seus conselhos -, como um valor tradicionalmente transmitido pela educação; ou, por outro lado, relaciona-se com a depreciação destes indivíduos, que são tomados como fardos sociais, na figura de uma perda de energia para a sociedade. (Ballesteros, 2000)

Outra razão que contribui para o tratamento negativo conferido àquele que é considerado idoso prende-se com a superioridade da imagem negativa da própria velhice, ao ponto de ser considerado como algo evitável e indesejável. O velho é um ser gasto, acabado, inútil, doente, incapaz, desatualizado, dependente, improdutivo e um encargo social.

Estas representações do idoso surgiram com a industrialização, onde a consequente incapacidade dos seniores para trabalhar inviabilizava a capacidade de se sustentarem. Deste fenómeno surgiram as primeiras reformas. (Correia, 2003)

De acordo com Lenoir (1990), a constituição da velhice como problema social resulta das transformações económicas que ocorreram em meados do século XIX e que afetaram os operários de idade avançada e as suas famílias, colocando-os à mercê de condições “miseráveis” de vida, uma vez que a debilidade fisiológica destes trabalhadores, e a consequente perda de capacidade necessárias à execução do seu trabalho, afastava-os do sistema produtivo.

Esta situação agravava-se pela inexistência de meios de subsistência próprios, bem como pela impossibilidade do auxílio de familiares e ainda pelo afastamento ou rutura dos laços de solidariedade.

Com o passar dos anos, a assistência aos idosos transfere-se dos filhos para a sociedade, facto que leva a que os problemas com as faixas etárias mais idosas passem do panorama familiar para o da sociedade. (Correia, 2003)

De acordo com Anne-Marie Guillemard:

“A passagem à reforma constitui o momento mais importante da reestruturação dos papéis sociais. A vida roda em torno de dois mundos, o da família e o do trabalho, nos quais se pode assegurar o equilíbrio social e pessoal. Os papéis sociais dentro da vida familiar adquirem, por isso, outra importância num contexto de reforma. A situação de reforma promove ou acentua as relações familiares ou o isolamento.” (idem, p. 36)

Desta forma, o processo de envelhecimento traz consequências a longo prazo nas gerações ativas e no dinamismo do mercado de trabalho, a curto prazo, conforme o grau de longevidade de uma população em determinado território. (INE, 2012)

“O envelhecimento demográfico, e o conjunto de desafios que ele representa para os arranjos institucionais que estão na base dos modelos de organização coletiva da modernidade, coloca uma série de questões, não só em Portugal, como na generalidade dos países europeus, que nos fazem refletir sobre o próprio lugar do indivíduo mais velho nas sociedades contemporâneas.” (Lopes & Gonçalves, 2012, p. 223)

O problema do envelhecimento coloca questões e desafios ao nível da idade de reforma, dos meios de subsistência, da qualidade de vida e do estatuto dos idosos na sociedade, da solidariedade intergeracional, da sustentabilidade dos sistemas de segurança social e saúde, bem como do modelo social vigente. Acarreta, também, o desenvolvimento de novas atividades económicas e profissões, no que concerne à área da prestação de

serviços comunitários e da rede de solidariedade. Estrutura, de forma diferente, o meio e os modelos arquitetónicos, e concebe padrões de consumo específicos através da criação de produtos e serviços direcionados a consumidores com idades mais avançadas. (idem)

Ao longo da vida são construídas redes sociais, essenciais ao ser humano como factor de apoio à sua vivência. Estas redes são distintas conforme o seu contexto e natureza, pois podem ser familiares, de trabalho, de vizinhança, entre outros. (Paúl, 2005)

Porém, estas redes, com o passar do tempo, também se alteram:

“Com o passar dos anos, os pares vão morrendo e os sobreviventes ficam com menos amigos, as redes degradam-se ou reorganizam-se, facilitando ou dificultando a manutenção dos idosos no seio da comunidade. A existência de redes de apoio informal é um dado essencial para assegurar a autonomia, uma auto-avaliação positiva, uma maior saúde mental e a satisfação de vida, essenciais para um envelhecimento óptimo.” (idem, p. 37)

É importante referir que, embora a passagem à reforma seja muitas vezes ambicionada pelo sénior devido à desvinculação ao mundo do trabalho, esta situação poderá ter como consequência uma visão de inutilidade do idoso perante a sociedade. Isto é, o idoso é visto como um ser que não produz socialmente e daí passa a não ter qualquer utilidade. Este estereótipo social poderá levar ao isolamento do idoso, pois a passagem à reforma, constitui um processo de transição-adaptação com consequências ao nível do bem-estar psicológico e social. (Sequeira, 2010)

Para Nunes (2005), o envelhecimento deverá ser visto como algo inato e intrínseco ao ser humano, cabendo à sociedade propiciar as condições, nomeadamente políticas e económicas, que permitam melhorar as condições de vida e potenciar a igualdade de oportunidades, de intervenção numa visão de cooperação interpares e intergeracional, fomentando, ao mesmo tempo, autonomia e participação plena das pessoas mais velhas na comunidade, com base nos princípios do envelhecimento ativo.

É consensual que o envelhecimento da população mundial tenderá a acentuar-se seriamente a curto e médio prazo, sendo este fenómeno mais evidente nos países menos desenvolvidos. Nas últimas décadas, temos assistido ao seu progressivo declínio no que respeita às taxas de mortalidade e de fecundidade. Todavia, revela-se importante oferecer condições adequadas aos idosos, de maneira a que estes possam ter uma ótima qualidade de vida e bem-estar, uma vez que se têm desenvolvido continuamente esforços para prolongar a vida humana. (Imagínario, 2005)

## 2.3 – Envelhecimento ativo vs. Envelhecimento bem-sucedido

A OMS define envelhecimento ativo como “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança visando a melhoria do bem-estar das pessoas à medida que envelhecem”. (cit. in Magalhães, 2011, p. 14)

“O envelhecimento ativo será pois aquele que permitirá às pessoas mais velhas otimizar os seus recursos levando a cabo as atividades de vida diária, participando ativamente na vida das comunidades a que pertencem...”. (Nunes, 2005, p.69)

Para Jacob (2014, p. 20),

“O conceito de envelhecimento ativo aplica-se tanto a indivíduos quanto a grupos populacionais e permite que as pessoas percebam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida e inclui a participação ativa dos seniores nas questões económicas, culturais, espirituais, cívicas e na definição das políticas sociais.”

O PGM (2009) refere que “o envelhecimento ativo aplica-se tanto a indivíduos como a grupos populacionais, sendo os três pilares fundamentais, a saúde, participação e segurança”. (p. 68)

“A palavra ativo refere-se à participação contínua, nas questões sociais, económicas, culturais, espirituais e cívicas, e não somente à capacidade de estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho. As pessoas mais velhas que se aposentem e aquelas que apresentam alguma doença, ou vivem com alguma necessidade especial, podem continuar a contribuir ativamente para os seus familiares, companheiros, comunidade e países.” (Rodrigues, Diogo, & Barros, 1996, p. 35)

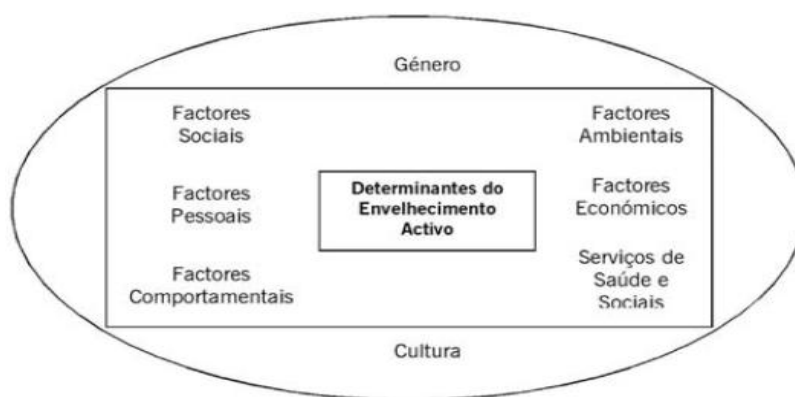
Deste modo, o envelhecimento ativo pressupõe a existência de uma política social e de saúde, de prevenção das dependências.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (2002) (cit. in PGM, 2009, p.69), o envelhecimento ativo, implica a aquisição de posturas ativas, nomeadamente:

- *Autonomia*: habilidade de controlar, lidar e tomar decisões sobre a própria vivência diária, de acordo com as regras e preferências pessoais;
- *Independência*: entendida como a habilidade de executar funções relacionadas com a vida diária, isto é, a capacidade de viver com autonomia na comunidade, com alguma ou nenhuma ajuda dos outros;

- *Qualidade de vida*: a percepção de que o indivíduo tem da sua posição na vida dentro do contexto da sua cultura, do sistema de valores onde vive e ainda dos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. É um conceito muito amplo que incorpora, de uma maneira complexa, a saúde física de uma pessoa, o seu estado psicológico, o seu nível de dependência, as suas relações sociais, a sua crença e a sua própria relação com características proeminentes do ambiente;
- *Expetativa de vida saudável*: expressão utilizada como sinónimo de “expectativa de vida sem incapacidade físicas, sem precisar de cuidados especiais”.

**Figura I – Determinantes do Envelhecimento Ativo**



**Fonte:** PGM 2009, p. 68

A Figura I representa as condicionantes do envelhecimento ativo, que são: o género, a cultura, os fatores ambientais, sociais, pessoais, comportamentais e os próprios serviços de saúde.

O envelhecimento ativo está relacionado com a inclusão social dado que esta pressupõe que, em qualquer etapa e circunstância da vida, os indivíduos observem os seguintes desideratos: o reconhecimento da cidadania plena e o acesso, em condições de equidade, à educação, justiça e saúde e segurança, próprios da sociedade em que está inserido; a ausência de qualquer tipo de discriminação (...); o pleno gozo dos seus papéis sociais e a valorização das qualidades do indivíduo, incluindo o direito ao trabalho; o respeito integral pela sua liberdade e opções de vida. Envelhecimento ativo, afinal tal como a infância ativa, juventude ativa ou idade adulta ativa, pressupõe sempre um indivíduo incluído socialmente. (cit. in Pereira, 2012, p. 208)

“Desde que sejam observados os pressupostos da inclusão social e das condições de saúde, o envelhecimento ativo será uma continuidade lógica de uma vida ativa e inclusiva, vivida de forma participada, na medida das possibilidades e desejos pessoais de cada indivíduo”. (ibidem)

“O envelhecimento ativo deve fazer parte de uma estratégia de desenvolvimento que proporcione a cada cidadão toda uma vida ativa vivida com qualidade, isto é, deve corresponder ao ideal de uma sociedade inclusiva”. (Idem, p. 212)

Passando ao conceito de envelhecimento bem sucedido, importa referir que um dos grandes objetivos da OMS, no início do século XXI, no que concerne à investigação das ciências da vida, é o aumento da expectativa de vida ativa. Este aumento foi verificado entre 1960 e 1998, em cerca de 10 anos e meio para os homens e cerca de 12 para as mulheres, sendo crucial, desta forma, manter as pessoas idosas ativas e melhorar a sua qualidade de vida. (Pinto, 2001)

Donald (1997), citado por Jacob (2014), define cinco classes que podem servir de referência para os idosos, mas também para os profissionais que os acompanham. Estas categorias são:

- *Bem-estar físico* (a comodidade em termos materiais, higiene e segurança);
- *Relações interpessoais* com familiares, amigos e participação na comunidade;
- Desenvolvimento pessoal que inclui o desenvolvimento intelectual, autoexpressão e *empowerment*;
- *Atividades recreativas* que se subdividem em: socialização, entretenimento passivo e ativo;
- *Atividades espirituais e transcendentais* envolvendo a atividades simbólica, religiosa e autoconhecimento.

A Teoria da Atividade (Kuhlen, 1959, cit. in Paúl, 1997) chama-nos, precisamente a atenção para a importância de estar ocupado e de desempenhar vários papéis, ter atividades, contatos sociais diversificados, uma vez que o idoso que envelhece de uma forma ótima é aquele que permanece ativo e que encontra substitutos para as atividades que teve de abandonar com a chegada do período da velhice. Além disso, está provado que quanto mais atividades os indivíduos desenvolveram mais interações sociais estabelecem. Maior será a satisfação e a auto-estima. Vários estudos têm abordado a relação entre o exercício físico e as capacidades cognitivas nos idosos e concluíram que os idosos que

praticam exercício físico apresentavam melhores resultados em termos de raciocínio, memória e tempo de reação. Logo, a manutenção de um elevado nível de atividade revela-se condição fundamental para que o processo de envelhecimento seja bem sucedido.

“O objetivo primordial do envelhecimento ativo é aumentar a expectativa de uma vida saudável e de qualidade de vida”. (Jacob, 2007)

A OMS define saúde como sendo “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas ausência de saúde ou enfermidade” (Fonseca, 2005, p. 28). Este fator é um dos aspetos mais importantes na vida dos indivíduos e contribui de forma determinante na satisfação da sua vida, visto que a existência de uma boa saúde proporciona autonomia e independência e revela-se condição fundamental para um envelhecimento bem-sucedido.

A sociedade atual é marcada pelo aumento da longevidade, mas tal não implica que esta seja vivida com qualidade, uma vez que existe uma maior probabilidade de aparecimento de doenças crónicas e incapacitantes que inviabilizam a preservação da autonomia e independência dos indivíduos. Assim, uma das condições estritamente necessárias para que o indivíduo tenha saúde, encontra-se relacionada com o ajuste desse mesmo indivíduo ao próprio meio, sendo que o resultado desse equilíbrio será o bem-estar consciente do mesmo, bem como o desenvolvimento de capacidades psíquicas e fisiológicas, que lhe servirão de arma para reagir ao meio físico e social que o rodeia, sem sofrimento.

Podemos afirmar que existem diferentes formas dos idosos se adaptarem ao seu quotidiano e, como tal, destacam-se os seguintes modelos de adaptação: o modelo dos acontecimentos de vida, o modelo de avaliação cognitiva e o modelo do bem-estar subjetivo. (Paúl, 1997)

Imagínario (2005) ressalva que existem estudos que demonstram que a saúde deve ser vista centrando-se no indivíduo, dado o sentimento subjetivo de bem-estar. Ou seja, o bem-estar é um estado que engloba o corpo e a mente e por isso a sua avaliação deve pressupor a análise dos estados subjetivos da mente e de fatores físicos e ambientais.

A saúde é considerada um fenómeno complexo, ao qual se encontram associados fatores individuais, biológicos, psicossociais, económicos, funcionais, entre outros. Por outro lado, ter qualidade de vida passa necessariamente por ser-se saudável, ou seja, ter saúde. Além disso, certamente que o ser-se saudável traz uma certa satisfação de vida ao indivíduo, especialmente quando falamos de idosos.

Desta forma, saúde, bem-estar, satisfação e qualidade de vida nos idosos tornam-se conceitos centrais para se falar do envelhecimento ativo.

A noção de *envelhecimento positivo*, *envelhecimento com sucesso*, e também *envelhecimento bem-sucedido*, surgiu em 1960 e definia os mecanismos de adaptação às condições específicas da velhice e ainda a necessidade de um equilíbrio entre as capacidades do indivíduo e as exigências do ambiente. (Fonseca, 2005)

“O envelhecimento saudável, isto é, o envelhecimento normal, sem patologias ou com o mínimo de patologias, é diferente de senescência e das condições patológicas quase inerentes ao idoso. Não é o envelhecimento por si só que conduz a incapacidades e a doença, há que compatibilizar o envelhecimento com qualidade de vida que permita envelhecer com qualidade.” (Pinto, 2001, p. 18)

Apesar dos termos *envelhecimento positivo* ou *bem-sucedido* fazerem parte, cada vez mais, da literatura especializada, o envelhecimento ainda possui uma conotação negativa, apelando a noções como perda, declínio e aproximação da morte. No entanto, embora sejam feitos esforços para alterar esta ideia, esta é uma fase em que o desenvolvimento humano se encontra em declínio em vários aspetos biológicos. (Fonseca, 2005)

“As teorias de envelhecimento bem-sucedido veem os indivíduos idosos como pró-ativos, regulando a sua qualidade de vida pela definição de objetivos e lutando para os atingir, servindo-se para tal de recursos que são uteis para a adaptação a mudanças relacionadas com a idade e envolvendo-se ativamente na preservação do seu bem-estar.” (Idem, p. 288)

“O conceito de envelhecimento bem-sucedido só faz sentido numa perspectiva ecológica, visando o indivíduo no seu contexto sociocultural, integrando a sua vida atual e passada, ponderando uma dinâmica de forças entre pressões ambientais e as suas capacidades adaptativas (...)”. (Idem, p. 289)

Nunes (2005) valoriza a importância de implementar medidas de prevenção de doença e de promoção de saúde, estimulando a autonomia e a prevenção da dependência, a fim de conseguir um envelhecimento com êxito, competente e ativo, com alguns ganhos psicológicos a nível da auto-estima e auto-imagem.



Um envelhecimento bem sucedido implica necessariamente que o idoso tenha uma boa saúde, participe ativamente na sociedade (sentimento de utilidade) e tenha um elevado nível de atividades físicas e cognitivas. (Ballesteros, 2000)

O Quadro I demonstra, de acordo com Nunes (2005) quais os critérios mais importantes para um envelhecimento bem-sucedido e em que estes se baseiam.

**Quadro I – Critérios do Envelhecimento Bem-sucedido**

<b>Competência</b>	Manutenção das capacidades básicas e autonomia para o dia-a-dia.
<b>Saúde</b>	Promoção da saúde.
<b>Atividade Cognitiva</b>	Manutenção (embora com decréscimo ligado à idade cronológica) das capacidades cognitivas.
<b>Bem-estar Psicológico</b>	Níveis elevados de bem-estar.
<b>Contexto de Residência</b>	Permanência no local de residência ou meio natural e/ou familiar.

**Fonte:** Fonseca, 2005 (adaptado)

### **3 – Reforma, Lazer e Ócio na Terceira Idade**

O envelhecimento é um processo natural da vida humana que traz consigo uma série de modificações biopsicossociais (...). Uma dessas alterações, de âmbito social, é o aumento considerável do tempo livre que as pessoas adquirem com o advento da reforma, (...). Este tempo poderá ser utilizado pelo idoso de diferentes formas sendo umas delas relacionadas com atividade de lazer. (Oliveira, 1996, p. 113)

De acordo com a Teoria da Continuidade desenvolvida por Maddox e Atchey (1963 e 1999, cit. in Ballesteros 2000), o desenvolvimento contínuo do indivíduo adulto processa-se através da sua adaptação às situações de cariz positivo e negativo. Assim sendo, apesar de os idosos sofrerem transformações significativas ao longo da vida, na saúde, em circunstâncias sociais e na família, constata-se que a maior parte das pessoas deste grupo etário demonstram uma certa consistência temporal, no que respeita aos padrões de pensamento, às suas crenças, aos perfis de atividades e à forma como vivem. Existe uma forte verosimilhança de associação entre o passado, o presente e os padrões que se podem prever para o futuro, bem como, as formas de pensar, de agir e de relacionamento.

A continuidade caracteriza-se por ser um elemento fundamental no processo de adaptação à mudança. E o desejo de continuidade, que motiva as pessoas a prepararem-se com antecedência para mudanças, tais como a reforma, a viuvez ou a incapacidade, ao mesmo tempo que funciona como meta a essa mesma adaptação.

Em suma, as pessoas enfrentam as mudanças que ocorrem nas suas vidas na medida do que lhes vai sendo possível, do mesmo modo que tentam preservar a continuidade das suas habituais rotinas. Segundo Papalia e Olds (2000, p.532), “a inatividade é produto, principalmente, do preconceito de idade e de políticas sociais que desestimulam as pessoas mais velhas a continuarem ativas e envolvidas”. Por essa mesma razão, há que contrariar esta passividade e apatia vivida pelos idosos, criando espaços relacionais e desenvolvendo atividades sócio culturais que lhes permitam conviver com outros, ao mesmo tempo que experimentam sentimentos de utilidade e aumentam a sua auto-estima.

Assim sendo, conviver com outros torna-se fundamental para o ego, uma vez que “isso faz com que nos sintamos pertencentes a algo, a alguém, ter importância ao desenvolver este ou aquele papel”, ao mesmo tempo que trocamos permanentemente afeto, carinho, ideias e sentimentos. (Zimerman, 2000, p. 34)

Previamente ao surgimento da reforma, Nunes (2005) refere que existiam apenas duas fases na vida: aprender e depois trabalhar. A reforma passa então a ser uma espécie de recompensa, uma terceira fase, tornando a qualidade de vida, após este período, dependente da sua planificação. Esta necessidade é influenciada por uma dimensão socioeconómica, cultural, política e psicológica. Mas sofre, também, de repercussões de variáveis como estado civil, local de residência (cidade/campo), papéis profissionais, nível cultural, etc. A reforma não deverá ser confundida com envelhecimento. Algumas pessoas reformam-se antes dos 65 anos e outras permanecem a trabalhar muitos anos depois desta idade. Embora a reforma seja um símbolo social de mudança para a velhice, e esta por sua vez, está ligada a ideias de teor depreciativo.

Cavaco (2009, pp. 34-35) refere que os indivíduos ao longo do tempo experienciam:

Novas situações perante a família e problemas específicos, de envelhecimento biológico, decrepitude, doença, imobilidade, insegurança (...) condição pós-ativa, o fim do ciclo produtivo, o apagar dos vínculos profissionais, que arrasta o sentido de inutilidade social, isolamento e marginalização, novas rotinas, perda da noção do tempo, não mais ritmado pelo trabalho mas um tempo contínuo e vazio, de dias sempre iguais, que passam lentamente, de noites que não findam, e de anos que voam.

Com a passagem efetiva à reforma os idosos experimentam um conceito subjetivo de “excesso de tempo”. De modo a ocupar esse “excesso de tempo”, estes deverão ser orientados para atividades que promovam o seu desenvolvimento pessoal, atendendo, também, às suas motivações e interesses.

O tempo livre é aquele que nos resta após o término do trabalho, do descanso, das atividades físicas e das obrigações familiares. O tempo livre varia durante as nossas vidas, quando crianças e adolescentes, temos muito tempo livre que se reduz quando começamos a trabalhar e volta a aumentar quando a jornada do trabalho diminui ou acaba” (Prado, 2006, p. 307)

Os seniores, com a passagem à reforma, arranjam estratégias de ocupação do tempo livre, no entanto, estas nem sempre são as mais adequadas ou as que mais os estimulam. Cavaco (2009, p. 35) refere que:

Não é certamente por acaso que as salas de bingo, como no conjunto dos jogos de fortuna e azar (...) dominam os reformados: procuram matar o tempo e alimentam a ilusão de juntar algum dinheiro à reforma, mesmo se os prêmios são modestos; muitos outros passam tardes a jogar cartas com parceiros habituais da vizinhança nas praças públicas das vilas e aldeias ou nos centros de convívio da terceira idade; alguns fazem-nos no bingo do clube local, no quadro de jogos clandestinos. Tempos de entretenimento a desviar para atividades de lazer mais enriquecedoras, mais dinâmicas, mais socializantes, mais estimulantes da autoestima, e pelo menos em parte, também para viagens e turismo...

O Quadro II apresenta quatro tipos de atividades que os seniores reformados poderão realizar para ocupar o seu tempo livre, de acordo com Nunes (2005), embora se possam sugerir muitas outras.

#### **Quadro II – Atividades para ocupação dos tempos-livres na reforma**

<b>Atividades Educativas</b>	Frequência de cursos.
<b>Atividades de Lazer</b>	Viajar, pintar, fazer escultura, teatro, exercício físico, etc.
<b>Atividades de Voluntariado</b>	A participação em atividades voluntárias permite que a pessoa mais velha desenvolva o seu sentido de identidade, a sua autoestima, e o seu <i>status</i> e reconhecimento social
<b>Outras atividades</b>	Trabalhar a tempo parcial ou estabelecer pequenos negócios.

**Fonte:** Nunes, 2005, pp.61-62 (adaptado)

É necessário diferenciar “tempo livre” e “tempo desocupado”. O primeiro é o que permite o lazer, onde não existem quaisquer obrigações, profissionais, familiares ou domésticas. É o tempo que cada pessoa usa para fazer o que mais o motiva e aquilo de que gosta aumentando assim a sua autoestima. Já o “tempo desocupado” é o contrário. Neste tempo o indivíduo não está a ser produtivo, isto é, não está a produzir para um mercado de trabalho (Oliveira, 1996)

“O idoso pode, através do lazer, expressar-se melhor em todos os sentidos, do real ao imaginário. É o direito à expressão da sua afetividade e sociabilidade”. (Oliveira, 2006, p. 117)

Dumazedier, citado por Santos (2000, p. 425) define ócio como “um conjunto de ocupações às quais os indivíduos podem entregar-se de forma completamente voluntária, seja para se divertir, seja para desenvolver a sua informação ou formação desinteressada, participação social, voluntária, tendo-se libertado das suas obrigações profissionais, familiares e sociais”.

(...) o ócio deve relacionar-se fundamentalmente com a liberdade do indivíduo; com a liberdade individual de escolher as formas de atividade que mantêm ou reforçam inclusive o sentimento, a vontade e a razão de cada um para se determinar por si mesmo. O qual supõe em princípio, dispor de um tempo que, por um lado, o liberte das restrições e obrigações impostas a partir do exterior por qualquer trabalho, e por outro lado, que se abra à possibilidade de uma eleição livre das próprias atividade, com independência de determinismos externos que condicionam e que dificultam e semeiam no tempo livre obstáculos por vezes insuperáveis, ou dificuldades persistentes, sem uma preparação ou formação capazes de vencê-las ou, ao menos, de tomarem consciencia das referidas dificuldades”. (Leif, 1992, cit. in Lopes, 2006, p. 452)

Na sociedade atual, o ócio é visto como um produto de consumo, compatível com o trabalho e até necessário para ter uma boa qualidade de vida. Para os seniores, o ócio surge relacionado com outros aspetos como é o caso da qualidade de vida, a prevenção dos casos de solidão e a educação permanente com o objetivo de evitar incapacidades futuras. (Santos, 2000)

Vários estudos<sup>3</sup> apontam os benefícios psicológicos dos seniores em atividades de ócio. Alguns dos benefícios traduzem-se em níveis de bem-estar mais elevados, onde se destacam sentimentos como a diminuição da sensação de solidão, o aumento da autoestima e o aumento da capacidade de enfrentamento das alterações ocorridas durante o envelhecimento. (Piñeiro, Sarasquete, Fernández, & Santos, 2002)

“Uma vez que o indivíduo encontre um grupo de pessoas com interesses semelhantes, estabelece-se um vínculo afetivo que aguça o interesse pela participação na vida em sociedade, seja para a diversão ou para a ampliação da cultura. O indivíduo terá, então, condições para entender melhor a sua posição na sociedade.” (Pauli, 2001, pp. 33-34)

“Em geral as pessoas mais felizes são aquelas que se mantêm ativas e em contato com os outros, obtendo e proporcionando ajuda. Uma vida plena de significado exige

---

<sup>3</sup> Cf. bibliografia do presente trabalho.

também intensa criatividade no sentido da gratificação e da realização pessoais”. (Nunes, 2005, p. 62)

“Atualmente os indivíduos chegam aos 60 anos de idade em condições bastante distintas daquelas de algumas décadas atrás, no que se refere à qualidade de vida. Os avanços da medicina, as inovações tecnológicas, a melhoria e a ampliação dos sistemas de infraestrutura básica e a melhoria das condições de trabalho ao longo da “vida produtiva”, de entre outros fatores, propiciaram aos indivíduos, hoje, chegarem à aposentadoria em uma situação pessoal e material mais satisfatórias que a de seus pais.” (Fromer, 2003, pp. 29-30)

### 3.1 – Animação Sociocultural

“A existência de tempo de ócio constitui um âmbito para levar à prática um conjunto de ações reguladas por princípios norteadores da animação sociocultural, promotores de objetivos, finalidades e funções (...): a participação, o desenvolvimento, a integração, a criatividade, a cultura, o recreio, a promoção e a crítica social.” (M. Lopes, 2006, p. 454)

Segundo o dicionário *online*, Priberam (2013), o termo *animação* significa ato ou efeito de animar, vivacidade no falar, no olhar, nos movimentos, alegria geral, concorrência de muita gente que manifesta vivacidade. De acordo com Jacob (2012, p.19) “animador é quem põe o processo em movimento, é quem liga a chave, quem desencadeia as alterações necessárias para que o que estava inerte se ponha em ação, em atividade”.

“A animação é um processo global, no qual o animador desempenha um papel essencial, mas em que as condições situacionais e atmosfera do grupo atuam de modo decisivo. Assim a animação não deve apontar um entusiasmo passageiro, deve ter um efeito duradouro. Esta aponta para a capacidade de vivência, iniciativa, ação e deve motivar, sem regulamentos, promover, sem exigir demasiado, estimular e aconselhar sem forçar, informar, recomendar, despertar interesses sem dar lições e demover inseguranças e medos sem os pôr a nu.” (Bonifácio, 2008, cit. in J. Fernandes, 2009, p. 30)

Segundo Quintas e Castaño (1998), a “animação é uma atividade interdisciplinar e intergeracional que atua em diversas áreas e que influencia a vida do indivíduo e do grupo” (cit. in Jacob, 2007, p. 15). Já segundo Lopes (s.d), a animação sociocultural “é o conjunto de práticas desenvolvidas a partir do conhecimento de uma determinada realidade, que visa estimular os indivíduos, para a sua participação com vista a tornarem-se agentes do seu

próprio desenvolvimento e das comunidades em que se inserem” (cit. in Jacob, 2012, p. 115).

Trilla (1997) apresenta a animação sociocultural como:

“O conjunto de ações realizadas por indivíduos, grupos ou instituições sobre a comunidade (ou sector dessa comunidade) e no marco de um território concreto, com o propósito principal de promover nos seus membros uma atitude de participação ativa no processo do seu próprio desenvolvimento, tanto social como cultural” (cit. in Cunha, 2009, p. 32)

A animação sociocultural divide-se em quatro modalidades: a cultural, educativa, económica e a social. A cultural é “criadora, gestora e produtora de um produto cultural, artístico e criativo”. A educativa é motivadora para a educação e formação inicial e ao longo da vida. A económica surge como atividade geradora de meios económicos e financeiros e por último, a social, “a animação e o animador renascem como meios de superar as desigualdades sociais e de promoção da pessoa e da comunidade”. (Jacob, 2007)

### **3.1.1 – Animação Sociocultural na Terceira Idade**

Segundo Cunha (2009) uma forma de combater o envelhecimento é estimulando e motivando o idoso, possibilitando assim que este se mantenha ativo e desenvolva os mais diversos tipos de atividade. Informado e em constante formação é importante, assim, que o idoso conviva e se integre socialmente e, sobretudo, participe de forma ativa, crítica e criativa no âmbito social e cultural.

Elizasu (2001) explica que:

“A aparição da animação sociocultural no campo da terceira idade surge em resposta a uma ausência ou diminuição da sua atividade e das suas relações sociais. Para preencher esse vazio, a animação sociocultural trata de favorecer a emergência de um vida centrada à volta do indivíduo ou do grupo. A animação sociocultural concebe a ideia de progresso das pessoas idosas através da sua integração e participação voluntária em tarefas coletivas nas quais a cultura joga um papel estimulante...” (cit. in Lopes, 2006, pp. 329-330)

A animação sociocultural, focada para os idosos, visa estimular a saúde mental, física e afetiva da pessoa, desenvolvendo a sua qualidade de vida. De acordo com Jacob

(2007, p. 6) “a animação representa um conjunto de passos com vista a facilitar o acesso a uma vida mais ativa e mais criadora, à melhoria nas relações e comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade de que se faz parte, desenvolvendo a personalidade do indivíduo e a sua autonomia.”

Jacob (2007, p. 25) defende ainda que a animação de idosos deverá estar “em pé de igualdade com a alimentação, cuidados de saúde e higiene (...). Deverá ser considerada como um serviço indispensável à qualidade de vida do idoso”. Com isto, o autor pretende que a próxima geração de idosos seja menos depressiva, menos solitária e até menos dependente de medicação de forma a ter uma vida mais feliz e ativa.

A animação social é importante para os idosos pois facilita a sua inserção na sociedade, na participação na vida social, desempenhando, ou até mesmo, reativando os papéis sociais. (Hervy, 2001, cit. in Jacob, 2007) No entanto, a animação só é considerada positiva tendo consciência daquilo que motiva o ser humano, pois sem motivação as pessoas tendem a não participar nas atividades de plena vontade. Há que conhecer o indivíduo, saber os seus gostos e dificuldades de forma a motivar o idoso a participar. Devem ser criadas as condições necessárias para que o desempenho na execução de uma tarefa seja positivo, nomeadamente perceber se o indivíduo possui as competências necessárias para as realizar. Segundo os princípios da motivação, o ser humano é motivado quando tem a possibilidade de realizar as suas próprias ideias, sempre que o seu comportamento é avaliado por análises, sejam elas positivas ou negativas, de forma merecida. Para que a motivação seja duradoura o indivíduo deve ser estimulado continuamente. Quando o indivíduo é criticado negativamente, devido a um comportamento que ele não tenha capacidade ou forma de mudar, este tende a perder a motivação.

### **3.1.2 – Animação Turística na Terceira Idade**

Atendendo ao facto do tempo de ócio entre os idosos ser maior, o turismo evidencia-se logicamente como uma das centrais formas de animação lúdica (Jacob, 2007).

“A animação turística para a terceira idade deve ser entendida como um conjunto de atividades, que transformam o ver no envolver, o viver no conviver, desafiando o turista



numa estratégia de desenvolvimento pessoal e humano numa determinada fase do seu percurso de vida” (Peres, 2003, cit in Lopes, 2006, p. 334)

No entender de Lopes (2006), a animação turística na terceira idade, em Portugal, tem-se baseado num movimento excursionista sem qualquer tipo de animação numa política a que o autor intitula de “política de acantonamento da terceira idade” produzindo um fenómeno de autoisolamento por parte dos idosos. O autor adianta que a animação turística para a terceira idade exige métodos de vivência e convivência para que haja um desenvolvimento pessoal dos intervenientes. Assim, a animação turística deve levar o indivíduo não apenas a observar o meio mas, também, a interagir com este.

De acordo com Lopes (2006, pp. 362-363) a animação turística tem como objetivos centrais:

- Levar as pessoas a relacionarem-se com o meio que visitam;
- Substituir o ver pelo envolver, procurando uma integração ativa social e cultural;
- Criar processos dinâmicos e criativos, fruto de diferentes interações e que articulem valências culturais, sociais e educativas;
- Transformar o tempo livre em ócios criativos e rejeitar o tempo morto e a ociosidade depressiva;
- Estabelecer a comunicação entre a população nativa de um espaço visitado com a população visitante, através de eventos e experiências que passem por convivências, assentes em partilhas de saberes, partilhas culturais, partilhas inter e multiculturais, etc.

#### 4 – Conceito de Turismo

O conceito de turismo é muito abrangente e uma das primeiras definições data de 1942, onde Hunziker e Krapf o definem como “o conjunto das relações e fenómenos originados pela deslocação e permanência de pessoas fora do seu local habitual de residência, desde que tais deslocações e permanências não sejam utilizadas para o exercício de uma atividade lucrativa principal”. (cit. in Cunha, 2007, p. 29)

Porém, para Mathienson e Wall (idem, p. 30) o turismo surge definido como “o movimento temporário de pessoas para destinos fora dos seus locais normais de trabalho e de residência, as atividades desenvolvidas durante a sua permanência nesses destinos e as facilidades criadas para satisfazer as suas necessidades”.

Para EMBRATUR (2008, p. 30):

“Turismo é a atividade que deve processar recursos naturais, culturais e humanos sem desgastá-los, de forma articulada e planeada, com missão de atender às necessidade e aos sonhos do turista, gerar lucro para o empresário, mas, principalmente, promover o desenvolvimento sustentado local.”

Deste modo, o turismo é um conceito muito vasto que engloba diversas atividades, pois para além das deslocações de pessoas e das ligações que estabelecem nos locais visitados, existem também, inúmeras produções e serviços desenvolvidos para responder às suas necessidades. É um conceito que abrange simultaneamente a oferta e a procura turística.

De acordo com a Organização Mundial de Turismo (OMT), o turismo constitui “o conjunto das atividades desenvolvidas por pessoas durante as viagens e estadas em locais situados fora do seu ambiente habitual por um período consecutivo que não ultrapasse um ano, por motivos de lazer, de negócios e outros”. (cit. in Pereira, 2012, p. 30)

O conceito de turismo tem como figura central, o turista, e tudo o que o envolve, nomeadamente, as suas expectativas, as suas motivações e emoções. Mas também a estadia no destino e as relações humanas, empresariais e institucionais feitas entre o turista e a comunidade que o acolhe. (Vieira, 2007)

“O que define o turismo são as pessoas e não os recursos, só existindo turismo se houver essa vivência emocional e pessoal, no local onde ela se pode viver”. (idem, p. 17)

E acrescenta que “são as emoções proporcionadas pela vivência das características dos recursos turísticos que permitem definir os vários tipos de turismo e não o produto gerado”. (ibidem)

O turismo como atividade económica tem um papel relevante no desenvolvimento económico, social e cultural dos países, mas também é fortemente influenciado pelo contexto económico, político, social e cultural em que ocorre. (Eusébio, Carneiro, Kastenholz, & Avelos, 2012, p. 26)

“Valoriza-se o turismo como fator de desenvolvimento integral do homem, reconhece-se o direito ao lazer e ao turismo, o turismo como instrumento de integração social, de acesso à cultura e à comunicação com os outros, o turismo para todos, a democratização do turismo.” (Cavaco, 2009, p. 36)

#### **4.1 – Fatores de motivação para o Turismo**

Na segunda metade do século XX verificou-se uma crescente diversidade dos destinos e produtos turísticos. As motivações para o turismo prendem-se, normalmente, com a fuga à rotina quotidiana, motivados pela saúde, educação, renovação espiritual, por prazer pessoal e desenvolvimento de habilidades.

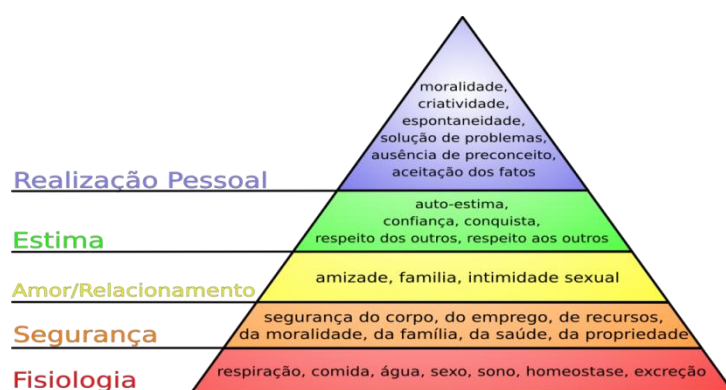
O conceito de motivação é definido por Schiffman e Kanuk (1997, p. 60) como “a força motriz interna dos indivíduos que os impele à ação, a qual é produzida por um estado de tensão, que existe uma vez que há uma necessidade não satisfeita.”

Segundo Neves (2008), os estudos realizados com a temática da motivação têm em muito contribuído para compreender as reais motivações dos turistas. Embora cada autor tenha os seus objetivos para determinar estas motivações, é possível verificar que existe um conjunto de teorias comuns entre os mesmos. Estas teorias são: a Teoria das Hierarquias das Necessidades, a Teoria do Percorso de Viagem do Turista, Modelo Sociopsicológico das Motivações Turísticas, a Teoria Push e Pull e a Teoria Funcional das Atitudes.

A *Teoria da Hierarquia das Necessidades* é baseada na Teoria das Hierarquias das Necessidades de Maslow (1954) e para este psicólogo, as necessidades humanas são universais à medida em que as necessidades básicas vão sendo satisfeitas outras surgem para serem igualmente satisfeitas. Esta teoria tem uma escala hierárquica, geralmente apresentada sob a forma de uma pirâmide. Conforme a Figura II, na base da pirâmide são

representadas as necessidades fisiológicas. O segundo nível é a necessidade de segurança, em terceiro a necessidade de relacionamento e logo após a necessidade de estima. Por último a necessidade de realização pessoal sendo neste nível que a motivação para viajar se enquadra.

**Figura II – Pirâmide de Maslow**



**Fonte:** <http://www.teckler.com/pt/MARYAHTA/Piramide-de-Maslow-106162><sup>4</sup>

A *Teoria do Percurso de Viagem do Turista* tem na sua base a teoria das necessidades hierárquicas de Maslow, apresentada anteriormente. Porém, esta teoria afirma que nem todos estão ao mesmo nível. Quer isto dizer que um indivíduo poderá estar num patamar mais elevado da hierarquia e outro permanecer num inferior devido às suas vivências individuais mas também a fatores como a disponibilidade financeira ou mesmo a saúde. Outro fator, é o facto de viajantes mais experientes terem necessidades mais elevadas do que aqueles que viajam menos vezes ou mesmo aqueles que nunca viajaram.

O *Modelo Sociopsicológico das Motivações Turísticas* resulta da combinação entre duas forças motivacionais, a procura de algo e o evitar de algo, ou seja, um turista poderá estar à procura de descanso e lazer para evitar o desassossego das grandes cidades.

A *Teoria Push e Pull* - apesar de esta teoria não reunir o consenso de diversos autores -, demonstra que um indivíduo deseja viajar ao ser impulsionado a procurar atividades minimizando-lhe, ao mesmo tempo, algumas das suas necessidades.

A *Teoria Funcional das Atitudes* baseada na teoria de Kantz (1960) pretende explicar o papel das atitudes no comportamento social, tentando compreender as razões que estão por trás dessas mesmas atitudes. Assim, no que concerne ao turismo, é

<sup>4</sup> Recolhido em 31 de janeiro de 2014

importante compreender o que leva um indivíduo a viajar, perceber o que o leva a tal atitude.

## 4.2 – Categorias de Turismo

Em conformidade com a confederação do Turismo Português (2005), o turismo por ser um conceito variado pode ser subdividido em categorias determinadas pela origem dos visitantes. O Quadro III sintetiza as mesmas.

**Quadro III – Categorias do Turismo de acordo com a origem dos visitantes**

<b>Turismo doméstico ou interno</b>	Resulta das deslocações dos residentes de um país, apenas no seu interior, independentemente de possuírem nacionalidade desse país.
<b>Turismo recetor</b>	Abrange as viagens a um país por residentes noutro (s), independentemente da sua nacionalidade.
<b>Turismo emissor</b>	É o turismo que respeita as viagens dos residentes num dado país a outro (s)

**Fonte:** Confederação do Turismo Português, 2005 (adaptado)

O conceito de turismo também poderá ser categorizado pelas razões que levam as pessoas a visitar um destino, dependendo daquilo que ele ofereça, podendo corresponder a motivações culturais, religiosas, profissionais entre outras. Conforme o exposto, o Quadro IV explica em detalhe cada categoria, tendo por base as definições de Cunha (2007).

**Quadro IV – Categorias de Turismo consoante as motivações dos viajantes**

<b>Turismo de Recreio</b>	“As pessoas encontram prazer em viajar pelo simples prazer de mudar de lugar (...). Os destinos que correspondem a estes motivos são aqueles que oferecem praias, belezas naturais ou os grandes centros urbanos ou de grande atração.”
<b>Turismo de</b>	“ (...) Têm na sua origem motivos de relaxamento físico e mental,

<b>Repouso</b>	obtenção de um benefício para a saúde, de recuperação dos desgastes provocados pelo <i>stress</i> , ou pelos desequilíbrios psicológicos provocados pela agitação da vida moderna ou pela intensidade do trabalho”.
<b>Turismo Cultural</b>	Alguns autores separam turismo cultural de turismo histórico. No entanto, “dada a impossibilidade de separar a cultura da história, incluímos no turismo cultural as viagens provocadas pelo desejo de ver coisas novas, de aumentar os conhecimentos, (...), conhecer civilizações e culturas diferentes, do passado e do presente (...)”.
<b>Turismo Étnico</b>	“ (...) é constituído pelas viagens que têm por fim observar as expressões culturais ou modos de vida dos «povos exóticos», (...) refere-se às deslocações de pessoas para estabelecerem contatos com grupos de pessoas ou comunidades que se caracterizam por modos de vida e de cultura exóticos (...). “Incluimos neste tipo de turismo as viagens realizadas, ao país de origem, pelos naturais de um país, seus descendentes ou afins residentes no estrangeiro (...)”.
<b>Turismo de Natureza</b>	A motivação dominante reside no desejo de «regresso à natureza», na contemplação do meio natural e na evasão ao meio urbano. Os visitantes apreciam atravessar montanhas e as florestas e observar as relações entre as pessoas e a terra. Inclui as visitas ou atividades relacionadas com a agricultura, (...)”.
<b>Turismo de Negócios</b>	“Por razões ligadas aos negócios e ao exercício de profissões as pessoas deslocam-se para participar em reuniões, (...), para estabelecer contactos com empresas ou realizar negócios.”
<b>Turismo Desportivo</b>	“As motivações desportivas respeitam camadas cada vez mais vastas das populações de todas as idades e de todos os estratos sociais, quer para assistir a manifestações desportivas ou para praticar as mais variadas atividades desportivas.”

**Fonte:** Cunha, 2007, pp. 48-53 (adaptado)

A Confederação do Turismo Português (2005, p. 227), categoriza o turismo da mesma forma que Cunha, no entanto, acrescenta mais uma categoria: o turismo político.

Este “assemelha-se ao turismo de negócios, mas com a particularidade de exigência mais elevada na sua organização, devido a questões de protocolo e de segurança”.

## 5 – Conceito de Turista

A palavra turista era inicialmente usada apenas para aqueles que viajavam por puro prazer, ou para aumentar os seus conhecimentos. Os turistas eram associados ao “desejo de conhecer particularidades e a maneira de viver de outros povos, as suas tradições, o exotismo, mas também com a descoberta de novas paisagens, da natureza e do pitoresco ou do carácter histórico dos aglomerados urbanos: aldeias, vilas e cidades” (Cunha, 2007, p. 15).

Com o avançar do tempo as viagens foram tornando-se cada vez mais fáceis e as razões para as pessoas viajarem foram-se alargando. É hoje difícil “separar as pessoas que viajam por puro prazer, daquelas que o fazem por outras razões” (Cunha, 2007, pp. 15-16).

De acordo com a ONU (1954), o turista é definido como:

“Toda a pessoa sem distinção de raça, sexo, língua e religião que ingresse no território de uma localidade diferente daquela em que tem residência habitual e nele permaneça pelo prazo mínimo de vinte e quatro horas e um máximo de seis meses, no transcorrer de um período de doze meses, com finalidade de turismo, recreio, desporto, saúde, motivos familiares, estudos, peregrinações religiosas ou negócios, mas sem proposta de imigração.” (cit. in Ignarra, 2001, p. 25)

Segundo Vieira (2007), ao longo das décadas, as definições do termo “turista” têm variado. O autor afirma que uma das primeiras definições surgiu em 1937 a partir do Comité de Especialistas em Estatística da Liga das Nações Unidas e compreendia apenas o *turista internacional*. Considerava-se, nesta tipologia, todo o turista que visitava um país por um período superior a 24 horas sendo que todos os outros seriam apenas excursionistas.

Segundo La Torre (1994, p. 19) o turista é:

“A pessoa que pratica o turismo, o que faz com que essa atividade alcance uma projeção eminentemente humana, acima das suas consequências económicas e comerciais, razão pela qual deve ser aceite como um meio idóneo e eficaz na busca da compreensão e amizade entre as pessoas e entre os povos.”

### 5.1 – Categorias de Turistas

A necessidade de elaboração de dados estatísticos referentes ao turismo, levou à criação de uma categorização dos vários tipos de visitantes e turistas. O Quadro V baseado em Vieira (2007) apresenta essa mesma categorização seguida da definição de cada categoria.

**Quadro V – Categorização dos Tipos de Visitantes e Turistas**

<b>Viajantes</b>	“Todas as pessoas que se deslocam de um local para outro, que viajam para ir trabalhar, por prazer ou simplesmente para se movimentarem de um local para outro e fazem-no definitivamente ou apenas durante algum tempo”
<b>Visitantes</b>	“ (...) Pessoas que se deslocam do local onde residem, por qualquer motivo, exceto o trabalho, e ao qual regressam ao fim de algum tempo (por exemplo, antes de 12 meses) ”.
<b>Visitantes internacionais ou domésticos</b>	“ (...) Consoante atravessam ou não a fronteira do país onde residem”.
<b>Turistas ou visitantes por um dia</b>	“ (...) consoante se demoram no destino, ou seja, fora do local de residência habitual, mais ou menos do que 24 horas”.
<b>Visitantes domésticos</b>	“São considerados turistas se percorrerem durante a sua viagem uma certa distância mínima, que por exemplo nos EUA não é inferior a 160 km e no Canadá, a 80 km, sempre dentro do seu país de residência habitual”



<p><b>Visitantes internacionais</b></p>	<p>“São considerados turistas apenas se permanecerem no destino mais de 24 horas e se viajarem por um outro motivo que não seja trabalhar”.</p>
---	---

**Fonte:** Vieira, 2007 (adaptado)

## **6 – Resenha histórica das Viagens e de Turismo**

De acordo com Gee e Fayos-Solá (2003), o conceito de viagem é tão antigo como a própria civilização. As primeiras viagens realizadas nas civilizações pré-históricas tinham como objetivo a procura de alimentos, evitar o perigo e a procura de climas mais amenos. O desenvolvimento das técnicas e habilidades da humanidade fez com que os povos, outrora nómadas, se fixassem nos locais. Desta forma, alteraram-se os motivos para viajar. A título de exemplo, estes passaram a viajar para transportar e trocar as mercadorias nos impérios em crescimento, quer fosse na África, na Ásia ou no Médio Oriente. Simultaneamente surgiram novas infra-estruturas, como estradas de terra, canais de navegação e novos veículos de transporte.

Foi no Egito que surgiram as viagens de negócios e recreação que deram origem à construção de centros de alojamento ao longo das principais estradas e cidades para albergar os visitantes. Grande parte da movimentação das civilizações antigas estavam relacionadas com as guerras e as estradas eram usadas pelos militares nas deslocações entre as povoações e os campos de batalha.

Na antiga Grécia, as trocas comerciais foram facilitadas com a implantação de uma moeda corrente que libertava os viajantes da necessidade de levar os seus produtos para os destinos e trocá-los por bens e serviços. Dado que a língua grega se propagou por todo o Mediterrâneo, os viajantes tinham mais facilidade na comunicação com as outras povoações mediterrâneas. Por seu turno, visto que a grande maioria das cidades e povoações estavam localizadas junto à costa, as viagens realizavam-se através de barcos e tinham motivações de puro prazer. Os gregos apreciavam visitar outras cidades, principalmente Atenas. Os viajantes participavam nas grandes festas religiosas e em eventos, tais como os Jogos Olímpicos realizados na cidade de Olímpia a cada quatro anos.

Durante o império Romano, tal como os gregos, os romanos também participavam em eventos atléticos e religiosos viajando para os locais onde estes eram realizados. Era comum entre as famílias mais abastadas realizarem-se passeios turísticos, principalmente à Grécia ou ao Egito, onde visitavam as esculturas e monumentos destes países.

Entre as civilizações asiáticas também é possível encontrar relatos sobre viagens e lazer. Os locais de destino eram principalmente para residências ou vilas de verão, onde as famílias chinesas mais ricas passavam estes meses.

Um dos primeiros relatos sobre viagens foi realizado por Marco Polo na sua viagem à China na primeira metade do século XIII, onde descreveu os sistemas de estradas

chinesas. Este relato foi umas das primeiras fontes de informação do Ocidente, acerca do Oriente. Mais tarde, em 1357, e com a invenção da máquina de impressão, surgiu o livro *Viagens* de Sir John Mandeville no qual este descreve as suas viagens a locais remotos como o sudoeste da Ásia. A temática das viagens passou a ser comum para muitos autores.

Durante a Idade Média as viagens tinham como principal objetivo as peregrinações cristãs. Assim, por volta do século XIV proliferou a criação de uma rede de albergues de caridade onde eram acomodados os peregrinos de várias classes sociais. Estas peregrinações tinham como destinos Jerusalém e Roma e, embora tivessem uma base religiosa, eram também entendidas como viagens recreativas e sociais.

No século XV surgem os primeiros pacotes de viagens semelhantes aos atuais, nos quais, por um determinado valor era possível, por exemplo, sair de Veneza e visitar a Terra Santa. A viagem incluía as refeições, o alojamento, as corridas de burros e o dinheiro de suborno, para evitar formalidades burocráticas. Nesta época junto às estradas com mais movimento surgiram as primeiras versões dos modernos quiosques de conveniência com alimentos de consumo rápido.

Durante o Renascimento, entre os séculos XIV e XV, a grande motivação dos viajantes era o desejo de conhecimento, de experiências, e a própria rainha Elizabete I incentivava os seus futuros diplomatas a viajarem de forma a prepararem-se para as funções. Algumas das grandes universidades inglesas concediam mesmo bolsas de viagens. No século XVII, a Inglaterra deu início ao *grand tour*, que constituía uma viagem pela Europa realizada pelos jovens britânicos em busca de novos conhecimentos e experiências com uma base educacional e cultural. Este *grand tour* estava apenas ao alcance das classes sociais mais abastadas.

Em 1778, Thomas Nugent escreveu um guia turístico para o *grand tour* que se tornou num grande sucesso de vendas na época. A popularidade do *grand tour* chegou mesmo até ao século XIX. A nova classe média, nascida com a revolução industrial aproveitou o guia pois tinha mais tempo livre e procurava as viagens com um intuito recreativo. Inicialmente, esta classe média apenas usufruía de um dia para viajar, pois economicamente não lhes era possível usufruir de mais. Com o tempo, o gozo de férias anuais permitiu a saída das áreas urbanas congestionadas e poluídas. Começaram a frequentar-se as termas e as zonas litorais nos períodos de férias, dando-se assim o início do moderno turismo de lazer.

Hoje em dia assistimos a um turismo de massas onde o poder de compra, a acessibilidade e a mobilidade, são maiores e os meios de transporte são cada vez mais

rápidos e modernos. As pessoas chegam aos seus destinos muito mais rapidamente e aproveitam melhor as suas estadias.

## **6.1 – Evolução do Turismo na RAM**

Para Baptista (2005), o turismo na ilha da Madeira começou no século XV com a descoberta da ilha. Devido à sua geologia, orografia, clima, flora, fauna, antropologia e beleza paisagística, obteve denominações como “A ilha dos Amores” ou, a mais conhecida, “A Pérola do Atlântico”. Estas frases foram uma excelente forma de propaganda da ilha em todo o mundo.

Estudante (2011a), p.1) sustenta a mesma perspetiva afirmando que se “tratava de uma espécie de turismo de negócios ou talvez científico e os clientes eram navegadores, aventureiros, nobres (...). O alojamento improvisado à maneira da época, numa terra onde a hotelaria ainda não existia, a todos satisfaz”. E acrescenta que “(...) tudo começou com uma viagem, o que de algum modo estabelece um vínculo matricial entre a população que aqui se instalou e que aqui vive...”. (ibidem)

Entre os séculos XVIII e XIX a Madeira ficou conhecida como sendo um local propício à cura de doenças do foro pulmonar, principalmente a tuberculose devido ao seu clima ameno. Por este motivo, passou a constar nos guias médicos internacionais do século XIX. Este guia era composto, principalmente, por relatos de pessoas que já haviam visitado a ilha. O aumento crescente de estrangeiros que procuravam curar-se levou à construção de diversos edifícios para este efeito. A título de exemplo, temos a construção do Sanatório da Madeira em 1859 que recebia anualmente 300 a 400 visitantes, na sua maioria ingleses e outras figuras ilustres da aristocracia europeia. Desta forma, o turismo na RAM dava os seus primeiros passos. Para além destes doentes e das suas famílias, a Madeira foi também muito visitada devido à sua fauna e flora, havendo mesmo expedições científicas por ilustres cientistas como Charles Darwin e Paul Langerhans. É possível, então, verificar a existência de quatro grupos de visitantes, os quais são: doentes, viajantes, turistas e cientistas. (Estudante, 2011b)

“Ao longo dos séculos XIX e XX, a Madeira floresceu para o nascimento do sector turístico, tornando-se rapidamente numa referência obrigatória para a aristocracia europeia que aqui fixou residência temporária, atraída pelas qualidades terapêuticas naturais da ilha. As condições gerais de localização e o desenvolvimento das rotas dos grandes paquetes,

aliadas à benignidade do seu clima, fizeram do Funchal um dos grandes destinos turísticos europeus de meados do século XX. Na segunda metade do século, o desenvolvimento fulgurante dos transportes aéreos levou à construção de um aeroporto e à reformulação geral do porto do Funchal.” (Secretaria Regional do Turismo da Madeira, 2014)

No século XX a Madeira tornou-se num local de destino para aristocratas, homens da alta finança internacional e figuras políticas de destaque. Mas também para ingleses e alemães que fugiam às duas grandes guerras. Nesta época os visitantes chegavam em paquetes de cruzeiros, mas também nos navios que atracavam para se abastecerem. Em 1949 surgiram os hidroaviões que começaram a operar uma rota trazendo à Madeira entre 1949 e 1958 cerca de 32 838 passageiros. Apesar de em 1960 ser inaugurado o aeroporto do Porto Santo só nos anos 70 é que finalmente a Madeira inaugurou o seu primeiro (e único aeroporto), o Aeroporto de Santa Catarina, hoje em dia conhecido como Aeroporto Internacional do Funchal, desde a sua ampliação e remodelação em 2001. Com esta infraestrutura a Madeira passou a receber muitos mais visitantes com voos regulares internacionais e domésticos. Com este aumento surgiram também mais unidades hoteleiras de várias categorias para receber estes turistas. (Estudante, 2011c)

## 7 – Turismo sénior

“O envelhecimento demográfico nos países desenvolvidos está a gerar uma população mais idosa (...) há cada vez mais idosos, que representam uma fatia cada vez maior da população. Com a entrada na terceira idade da geração *baby-boom*<sup>5</sup>, que têm um nível de rendimentos, hábitos e expectativas diferentes da geração anterior (...).” (INR, 2011, p.25)

De acordo com o INR (2011), Portugal terá, em 2050, mais de um terço da população com mais de 60 anos, sendo que um em cada quatro portugueses terá 80 anos ou mais, correspondendo a 26% do total da população.

Definir “sénior” apenas pela idade cronológica não é suficiente, há que ter em conta uma multiplicidade de fatores específicos a cada indivíduo. “Ao estado sénior corresponde um perfil individual que, do ponto de vista do turismo, preenche um conjunto de requisitos de idade, de condição perante o trabalho e a família e que apenas corporiza com rigor por intermédio de uma abordagem multicritério.” (Ferreira, 2003, p. 234)

Ferreira (1995) afirma que,

“O turismo sénior afirma-se como uma componente de grande relevo e alcance estratégico da nova estruturação intitulada de ”sociedade do lazer”, começando a ser encarado como um segmento de mercado emergente, com um franco potencial de valorização, com repercussões positivas na economia e no desenvolvimento dos destinos turísticos de eleição desta “nova” clientela.” (cit. in Calçada, 2009, p. 55)

“O turismo sénior assume, atualmente, uma posição importante nos principais mercados turísticos de menor dimensão como é o caso de Portugal”. (Santos, 2011, p. 164)

“Os seniores fazem parte da atual sociedade de consumo e do lazer, desenvolvida no seguimento da melhoria dos rendimentos disponíveis e do aumento dos tempos livres, em particular das férias pagas, muito embora só uma pequena parcela da Humanidade faça e fará turismo a médio prazo, nomeadamente fora do seu país de residência; muitos fazem apenas turismo interno.” (Cavaco, 2009, p. 43)

De acordo com Pestana e Gageiro (2004), os indicativos referentes à evolução demográfica mundial e aos resultados do turismo sénior demonstram a grande importância

---

<sup>5</sup> “Expressão utilizada para designar a geração nascida logo após a Segunda Guerra Mundial nos países desenvolvidos”. (INR, 2011, p. 25)

deste segmento no mercado económico, incentivando o aproveitamento desde nicho pelo sector turístico, com uma atenção especial para as mulheres.

Para Santos (2011) existem duas grandes especificidades que caracterizam o turismo sénior. A primeira está associada às características sociodemográficas (idade, estado civil, sexo, rendimentos, etc.) e também às motivações e interesses para viajar. A outra característica prende-se com o facto de estes turistas apresentarem incapacidades físicas às quais o mercado do turismo sénior deve estar atento para suprir as necessidades. Isto porque existe um grande número de idosos que se enquadram nesta situação como resultado do evolução natural da idade e/ou das doenças que se manifestam neste período da vida.

Segundo o Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII), em 1995 foi criado o programa “Turismo para a Terceira Idade” sob a alçada do Instituto Nacional para o Aproveitamento do Tempo Livre dos Trabalhadores (INATEL), que em Outubro desse mesmo ano passou a designar-se “Turismo Sénior”.

O seu objetivo consistiu em melhorar a qualidade de vida e bem-estar das pessoas idosas e com poucos recursos económicos permitindo-lhes um melhor acesso a atividades de convívio, recreativas, desportivas, entre outras, combatendo a solidão e a exclusão social. Entre 1997/98 este programa foi alargado às regiões autónomas da Madeira e dos Açores e ainda pressupôs um intercâmbio com Espanha. Em Novembro de 1998 foi possível alargar este projeto ao Brasil, nomeadamente ao Turismo Sénior do Brasil, possibilitando que um grupo de idosos portugueses visitasse este país (Sampaio, et al., 1999).

Eusébio et. al (2012) mencionam que a democratização do turismo foi um fenómeno que ocorreu a partir da década de 50 embora existam alguns grupos sociais que por várias razões não tiveram, ainda acesso a experiências turísticas. Assim, referem que:

“os seniores, apesar de serem um segmento em crescimento, devido ao envelhecimento da população (...) são um dos grupos que muitas vezes não têm acesso a viagens turísticas porque enfrentam um conjunto diversificado de constrangimentos. O nível de rendimento é considerado um dos principais inibidores para a prática de viagens turísticas para este segmento. (Neves, 2006; Fleischer & Pizam, 2002, cit. in Eusébio et. al, 2012, p. 8)

Para Cavaco (2009, p. 43) “embora só uma pequena parcela da Humanidade faça e fará turismo a médio prazo, nomeadamente fora do seu país de residência, muitos fazem

apenas turismo interno e, por certo, a grande massa dos fluxos turísticos internos continua a integrar-se nesta rubrica visita a familiares e amigos”.

“O turismo só terá futuro se caminhar na direção de um Humanismo maior... O importante é reconhecer que o turismo deve servir o homem, e não ao contrário. Qualquer evolução, inclusive a do turismo, deve inclinar-se para o desenvolvimento do ser humano, e não dos bens materiais. A expansão humana deve ser a prioridade absoluta. É preciso voltar ao ser humano, às virtudes humanas, às atitudes sociais à ética frente à vida. Não estou invocando um “super-homem ideal”, mas um homem novo, esclarecendo que o “novo” também pode recorrer a valores antigos. Caberia devolver o turismo aos seres humanos, para que este se torne mais humano”. (Krippendorf, 1995, cit. in Loureiro & Domingues, 2007, p. 6)



## 8 – Perfil do Turista Sênior

“Os seniores de hoje beneficiam de importantes mudanças societárias que potencializam a sua condição de turistas, (...): as novas condições de vida familiar, com maior liberdade independência e gerações; a não obrigação de assumir responsabilidades no cuidar da família em férias, em particular para as mulheres viúvas e sós; a crescente autonomia, mesmo das mulheres que sempre foram domésticas; a menor responsabilização e comprometimento com os orçamentos familiares da segunda geração e a menor preocupação com poupança e investimentos em património para os herdeiros.” (Cavaco, 2009, p. 36)

Devido a uma maior disponibilidade de tempo os seniores permanecem, normalmente, mais tempo nos seus destinos, os quais são também mais frequentes e menos sazonais. (idem, 2009)

Segundo Gee e Fayos-Solá (2003), os turistas seniores são normalmente mais comunicativos e procuram destinos que estejam preparados para os receber com boa acessibilidade.

Jean-Paul Trégner (cit. in Santos, 2011, p. 179), agrupa os seniores em três categorias baseadas na idade sendo as mesmas:

- “*Masters*”: “os seniores com idades entre os 50 e os 59 anos que na sua maioria continuam profissionalmente ativos, mas que possuem rendimentos significativos porque deixaram de ter despesas com a habitação e os estudos dos filhos que já deixaram ou vão deixar a curto prazo a residência familiar”;
- “*Liberés*”: “os seniores com idades entre os 60 e os 74 anos que estão aposentados e possuem portanto disponibilidade de tempo e de meios económicos, representando o “segundo maior rendimento de todos os escalões etários”;
- “*Retirés*”: “os seniores com idades superiores a 75 anos, que são inativos e apresentam rendimentos mais modestos e que podem começar a apresentar problemas de saúde”.

Conforme um estudo elaborado pela Confederação do Turismo Português (2005), os turistas seniores têm uma idade superior a 65 anos e gozam de um tempo adicional para o lazer, pois encontram-se na reforma. Este tempo adicional leva a que gozem de experiências em destinos mais longínquos e viagens mais prolongadas no tempo. De acordo com este mesmo estudo, nem todos os seniores têm as mesmas necessidades ou

desejos na obtenção de produtos e serviços turísticos. Assim, estes indivíduos necessitam de cuidados de saúde específicos que condicionam as suas escolhas no sentido de procurarem experiências mais sedentárias para as suas viagens.

Para Ferreira (2003) os turistas seniores constituem, do ponto de vista da idade, um grupo heterogéneo devido à amplitude etária. Apesar de serem na maioria os homens que viajam internacionalmente, a percentagem mulheres apresenta quase o mesmo valor. No que concerne aos rendimentos, os turistas internacionais seniores são os que têm, em média, maiores rendimentos, bem como níveis de instrução superiores. Quanto à composição do agregado familiar, habitualmente estes indivíduos residem em agregados unifamiliares básicos, isto é, constituídos apenas pelo casal: marido e mulher.

Consoante a diversidade de motivações, os destinos associados às práticas turísticas por parte dos seniores não são muito diferentes daqueles encontrados noutros escalões etários. São normalmente procurados os litorais de climas amenos, à beira-mar ou à beira de lagos, as termas, montanhas, cidades patrimoniais, áreas naturais ricas e protegidas. Estes destinos são encontrados tanto no turismo sénior doméstico como no internacional. (Cavaco, 2009)

### **CAPÍTULO III – QUESTÕES METODOLÓGICAS**

## **1 – Investigação empírica**

Precedentemente a apresentarmos os métodos e técnicas utilizadas nesta investigação achámos por bem explicar no que consiste, afinal, uma *investigação*. Segundo Fortin, Côté e Filion (2006, p. 4) “a investigação científica é um método de aquisição de conhecimentos que permite encontrar respostas para questões precisas. Ela consiste em descrever, em explicar, em prever e em verificar factos, acontecimentos ou fenómenos”. Kerlinger (1973) define investigação “como o método empírico, sistemático e controlado que serve para verificar hipóteses, no que concerne a relações presumidas entre fenómenos naturais”. (cit in. Fortin, Côté, & Filion, 2006, pp. 4-5).

Uma investigação empírica é uma investigação em que se fazem observações para compreender melhor o fenómeno a estudar. Todas as ciências naturais, bem como todas as ciências sociais, têm por base investigações empíricas porque as observações deste tipo de investigação podem ser utilizadas para construir explicações ou teorias adequadas. (Hill & Hill, 2002, p. 19)

Todas as investigações são baseadas em “princípios estáveis e idênticos, ainda que vários percursos diferentes conduzam ao conhecimento científico” (Quivy & Campenhoudt, 2005, p. 25). A exposição do procedimento científico consiste na descrição dos princípios fundamentais postos em prática nos trabalhos investigativos, sendo os métodos as “formalizações particulares do procedimento, percursos diferentes concebidos para estarem adaptados aos fenómenos ou domínios estudados”. (ibidem).

### **1.1 – Metodologia mista**

Vera (s/d., p. 8) define método “como um procedimento, ou um conjunto de procedimentos que serve de instrumento para alcançar os fins da investigação, por outro lado, as técnicas são meios auxiliares que concorrem para a mesma finalidade. A metodologia da investigação passa por um processo racional e um conjunto de técnicas e/ou meios que permitam a realização da investigação. (Fortin, 2006).

Passando à apresentação dos procedimentos metodológicos utilizados neste estudo, resta explicar o que estes representam. Foram utilizadas abordagens simultaneamente

qualitativas e quantitativas. O paradigma qualitativo “serve para compreender o sentido da realidade social na qual se inscreve a ação, faz uso do raciocínio indutivo e tem, por finalidade, chegar a uma compreensão alargada dos fenómenos” (Fortin, 2006, p.20). “A compreensão mútua do investigador e dos participantes é essencial no processo de investigação que se apoia numa metodologia qualitativa. Esta visa compreender o fenómeno tal como é vivido e relatado pelos participantes”. (ibidem)

Grinnell (1997) afirma que o “investigador qualitativo utiliza uma postura reflexiva e tenta, da melhor forma possível minimizar as suas crenças, fundamentos ou experiências de vida, relacionados com o tema de estudo” (cit. in Sampieri, Collado, & Lucio, 2006, p. 375). O que este autor pretende dizer com esta afirmação é que o investigador não deverá interferir na recolha de dados interpretando-os exatamente como os sujeitos à investigação o demonstram. Assim, “os dados qualitativos consistem, geralmente, na descrição profunda e completa de eventos, situações, imagens mentais, interações, percepções, experiências, atitudes, crenças, emoções, pensamentos e comportamentos particulares das pessoas, seja de forma individual, seja em grupo ou coletivo”. (idem, p. 377)

Por seu turno, na abordagem quantitativa “a matemática surge como elemento essencial para se poderem medir os resultados (...)”. (Freixo, 2009, p. 144)

A junção dos paradigmas qualitativo e quantitativo apresenta vantagens pois aqueles complementam-se, visto que a abordagem qualitativa tem como objetivo a compreensão alargada dos fenómenos enquanto o paradigma quantitativo permite medir as variáveis mediante uma análise de dados numéricos. Assim, uma análise de dados “consiste em examinar, categorizar, classificar em tabelas [recombinando] as evidências quantitativas e qualitativas para tratar as proposições iniciais de um estudo.” (Yin, 2005, p.137)

Estes dados foram qualitativamente e quantitativamente analisados ao nível da classificação, contagem e apresentação. Conjugámos assim a análise estatística e a interpretação conceptual, de forma a compreender atitudes e pensamentos dos seniores em estudo, respondendo às questões iniciais desta pesquisa.

Em suma, nesta investigação a aplicação dos dois métodos permitiu clarificar e complementar a investigação, uma vez que a abordagem quantitativa necessita de sentidos qualitativos que tornem os dados numéricos significativos.

## **1.2 – Estudo de caso**

“O estudo de caso consiste na observação detalhada de um contexto, ou indivíduo, de um única fonte de documentos ou de um acontecimento específico” (Bogdan & Biklen, 1994)

Segundo Yin (2003), “o estudo de caso tem um real valor científico pelo facto, entre outros, do carácter profundo da análise, das múltiplas observações a que dá lugar e dos comportamentos, que permite isolar” (cit. in Fortin, 2006, p. 242). Como método de pesquisa, o estudo de caso é utilizado em variadas situações, grupos, organizações, da sociedade, política e fenómenos relacionados. Qualquer que seja o campo de interesse, a distinta necessidade para o estudo de caso surge do desejo de compreender fenómenos sociais complexos. Em suma, o estudo de caso permite aos investigadores focar no “caso” e reter uma perspectiva holística e real. (Yin, 2014)

O estudo de caso é uma investigação empírica que investiga um fenómeno contemporâneo em profundidade quando a fronteira entre o fenómeno e o contexto não é clara ou evidente. (Yin, 2008)

O estudo de caso tem em si vantagens e desvantagens, dentro das primeiras encontramos a informação detalhada obtida sobre um novo fenómeno, as concepções que este permite distinguir, o estabelecimento de ligações entre as variáveis e a possibilidade de conduzir à formulação de conjecturas. No lado oposto, nas desvantagens, o estudo de caso é limitado e os seus resultados não são generalizáveis a outras populações e/ou situações e os dados podem ser insuficientes (em número) ou dificilmente comparáveis entre si. (Fortin, 2006)

## **1.3 – Instrumentos de recolha de dados**

Toda a investigação necessita de uma forma de recolha de informação, sendo que esta é determinada pelo decorrer da própria investigação. Assim, cabe ao investigador

perceber qual o melhor instrumento que este deve empregar para dar as respostas às suas questões.

Foi utilizada a entrevista como instrumento de recolha de dados, pois segundo Quivy & Campenhoudt (1998, p. 233) “para cada investigação, os métodos devem ser escolhidos e utilizados com flexibilidade, em função dos seus objetivos próprios, do seu modelo de análise e das hipóteses”. Sampieri, Collado, & Lucio (2006, p. 381), definem a entrevista qualitativa como “uma conversa entre uma pessoa (o entrevistador) e outra (o entrevistado)”. A entrevista caracteriza-se “por um contato direto entre o investigador e os seus interlocutores e por uma fraca diretividade por parte daquele”. (Quivy & Campenhoudt, 2005, p. 192).

### **1.3.1 – Entrevista**

Conforme mencionado no ponto anterior, optámos pela utilização da entrevista como instrumento de recolha de dados. De acordo com Freixo (2009, p. 191):

“O termo entrevista é construído a partir de duas palavras, *entre* e *vista*, onde “vista” se refere ao ato de ver, ter preocupação de algo; “entre” indica a relação de lugar ou estado no espaço que separa duas pessoas ou coisas. Portanto, o termo entrevista refere-se ao ato de perceber o realizado entre duas pessoas.”

Embora a entrevista tenha algumas variantes é apenas pertinente mencionar a utilizada no presente estudo, a entrevista semi-estruturada, na qual o entrevistador baseia-se num guião com as questões às quais pretende ter informação.

Segundo Quivy e Campenhoudt (2005) as entrevistas apresentam vantagens para a recolha de informação, nomeadamente, “o grau de profundidade do elementos de análise recolhida, a flexibilidade e a fraca diretividade do dispositivo que permite recolher os testemunhos e as interpretações dos interlocutores, respeitando os próprios quadros de referência – a sua linguagem e as suas categorias mentais” (p. 194).

De acordo com Bogdan e Biklen (1994), ao iniciar-se uma entrevista o entrevistador deverá informar o sujeito do objetivo da mesma garantindo ao entrevistado que todas as informações prestadas serão confidenciais. O entrevistador também deverá

encorajar o sujeito do estudo de forma a obter informações importantes para o seu estudo mesmo quando este ache que “não tem nada de importante a dizer”.

Ao utilizarmos este instrumento, achámos que poderíamos obter informações mais ricas e com um maior grau de profundidade do que com o inquérito por questionário. A entrevista permitiu-nos explorar melhor a informação transmitida e interpreta-la de acordo com o meio em que os entrevistados estavam inseridos.

Optámos que as entrevistas fossem semi-estruturadas, definindo assim:

Uma série de perguntas-guias, relativamente abertas (...) onde “o investigador esforçar-se-á simplesmente por reencaminhar a entrevista para os objetivos cada vez que o entrevistado deles se fastar e por colocar as perguntas às quais o entrevistado não chega por si próprio no momento mais apropriado e de forma tão natural quanto possível. (Quivy & Campenhoudt, 1998, p. 35).

#### **1.4 - Tratamento dos dados**

Os dados provenientes dos factos observados no decurso da recolha de dados são analisados e apresentados de forma a facultar uma ligação lógica com o objeto de estudo e do problema proposto, dependendo se trate de explorar ou de descrever os fenómenos ou de verificar relações variáveis. (Freixo, 2009)

Segundo Bardin (2008, pp. 127),

Os resultados em bruto são tratados de maneira a serem significativos e válidos. Operações estatísticas simples, ou mais complexas, permitem estabelecer quadros de resultados, diagramas, figuras e modelos, os quais condensam e põem em relevo as informações fornecidas pela análise. (...) O analista, tendo à sua disposição resultados significativos e fiéis, pode então propor inferências e adiantar interpretações a propósito dos objetivos previstos.

Após serem recolhidos os dados, é necessário organizá-los tendo em vista a sua análise. A análise dos dados apresenta três fases cronológicas distintas: a pré-análise; a exploração do material e o tratamento dos resultados, sendo que a primeira fase consiste na organização, a segunda nas operações de codificação e finalmente a terceira é a transformação dos dados de maneira a tornarem-se válidos e significativos. (idem). “Seja



qual for o modo de tratamento dos dados, deverá ser elaborado previamente um plano de análise.” (Fortin, 2006, p. 57)

No caso de dados qualitativos, a análise consiste em resumir os dados sob a forma de uma narrativa. Poderão ser utilizadas análises descritivas e inferenciais segundo a natureza do estudo. (idem)

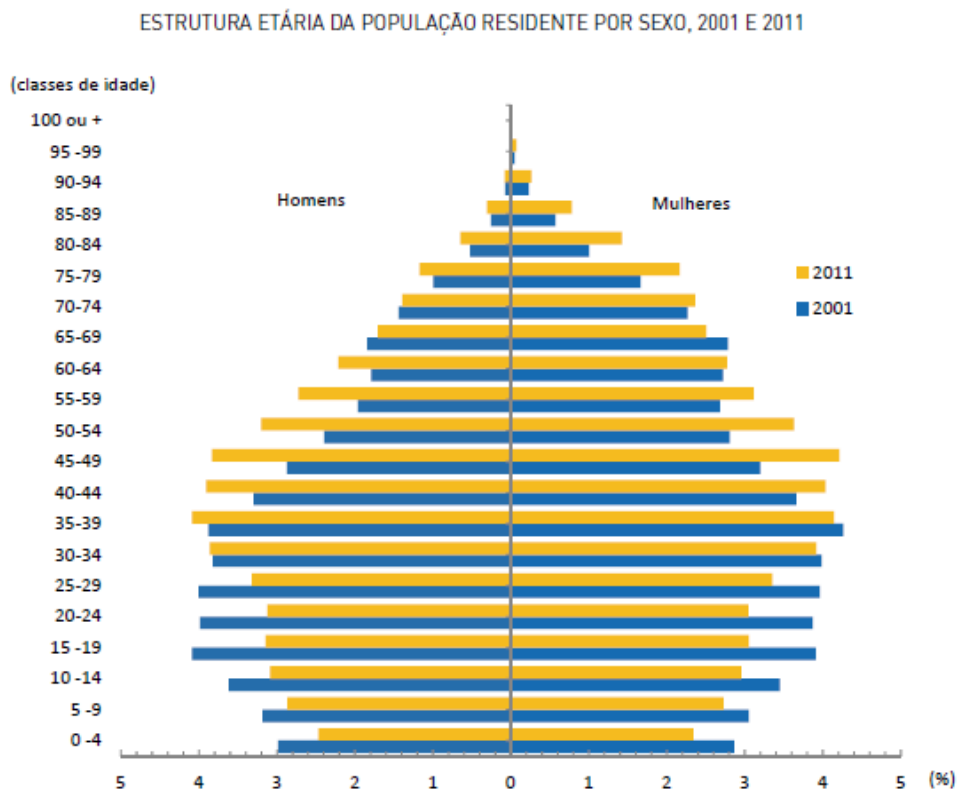
A interpretação dos dados das entrevistas conjectura uma análise por categorias, sendo que estas possibilitam agrupar elementos e reuni-los segundo as suas características comuns, sob um título genérico, sendo que este pode ser semântico, sintático, lexical e expressivo. (Bardin, 2008) De acordo com Bogdan e Biklen (1994, p. 221), “as categorias constituem um meio de classificar os dados descritivos que [se] recolheu (...)”.

As entrevistas foram gravadas com o recurso a um dispositivo de gravação e posteriormente transcritas de forma a analisar o seu conteúdo. Após a realização das mesmas analisámo-las, de forma descritiva e interpretativa, selecionando a informação relevante para os objetivos específicos desta investigação. Para além da análise categorial realizámos operações estatísticas simples recorrendo a valores absolutos e/ou percentuais. A sua representação em gráficos, numa perspetiva quantitativa permitiu pôr em relevo as principais informações recolhidas. Os entrevistados foram designados por E (entrevistados) seguindo-se um número de identificação de modo a permitir a codificação das respostas.

Já os dados quantitativos, provenientes das respostas adquiridas nas entrevistas serão expostos em gráficos ou tabelas, de acordo com as suas características permitindo uma interpretação clara dos resultados obtidos.

## 1.5 – Caracterização Demográfica da Região Autónoma da Madeira

**Figura III – Pirâmide Etária da População Residente na RAM (2001 e 2011)**



**Fonte:** Plano Gerontológico da RAM p. 20

Segundo o INE (2012), os Censos de 2011 demonstram que a população da RAM representa 2,5% da população do país. Com 267.785 pessoas, este arquipélago possuía em 2011 141.517 mulheres e 126.268 homens. Entre 2001 e 2011 registou-se um crescimento populacional de 9,3%.

Segundo a mesma fonte, no que toca à densidade populacional esta Região possui 334,3 habitantes por Km<sup>2</sup>, sendo este valor cerca de três vezes superior à média nacional.

Embora a população da RAM seja uma das mais jovens do país (média de 39,2 anos) é possível verificar que durante a última década houve um progressivo envelhecimento da população.

De acordo com os Censos 2011, entre os 0-29 anos a população diminuiu na região da Madeira, na última década. Em 2001 este grupo etário representava 43,0% da população e em 2011 diminuiu para 35,5%. Em contrapartida, reforça-se a importância dos grupos

etários 30-64 de 43,3% em 2001 para 49,6% em 2011. Também a população com 65 ou mais anos cresceu, passando de 13,7% em 2001 para 14,9% em 2011. (INE, 2012b, p. 20)

Houve um claro aumento da população idosa na última década sendo a percentagem do sexo feminino superior à do sexo masculino. Apesar deste envelhecimento da população, a RAM, continua a ser uma das regiões do país com um menor índice de envelhecimento.

Deste modo, é possível verificar na Figura III, que a sua pirâmide etária apresenta uma população envelhecida e, segundo os censos das últimas duas décadas, a população com mais de 65 anos teve um aumento de 28.5% (PGM, 2009).

De acordo com Pimentel (2001), a existência de um duplo envelhecimento, traduzido pelo aumento da população idosa - “envelhecimento no topo” - e uma diminuição da população jovem - “envelhecimento na base” -, contribui para o agravamento do desequilíbrio intergeracional – “o aumento do número de idosos, (...) que, tendencialmente, perderão a sua autonomia e tornar-se-ão dependentes no apoio de terceiros, tendo desencadeado uma onda de preocupação” (p. 13)

Podemos encontrar uma série de fatores conjugados que explicam e favorecem o aumento da expectativa de vida das populações. São eles o melhor controlo das doenças transmissíveis, a contenção de afeções crónicas, o surgimento de novas drogas, a melhoria das condições sanitárias e a redução da fertilidade. Por sua vez, o aumento da esperança média de vida proporciona o aparecimento de pessoas de idade cada vez mais avançada e, consequentemente, mais dependentes. Consequentemente, aumentam os problemas sociais, políticos e económicos, crescem os custos médico-sociais e as necessidades de suporte familiar e comunitário. Este aumento do número de idosos em idade avançada acarreta uma maior solicitação de apoios formais e informais, mediante cuidados de longa duração, uma vez que se tem verificado uma intensificação da prevalência de doenças crónico-degenerativas (Imaginário, 2005).

### 1.5.1 – Caracterização do local de pesquisa: do concelho às freguesias

A pesquisa decorrerá na zona sul da Região Autónoma da Madeira particularmente no concelho de Câmara de Lobos.

Este município com uma área de 52,14 Km<sup>2</sup> é composto por cinco freguesias: Câmara de Lobos, Estreito de Câmara de Lobos, Quinta Grande, Curral das Freiras e Jardim da Serra.

#### 1.5.1.1 – Caracterização demográfica do Concelho de Câmara de Lobos

**Tabela I - Distribuição dos Grupos Etários e Índice de Envelhecimento no Concelho de Câmara de Lobos**

Distribuição Geográfica e Género		Grupos etários					Índice de Envelhecimento
		Total	0-14	15-24	25-64	65 +	
Câmara de Lobos	HM	35 025	6 966	5 564	18 899	3 596	51,6
	H	16 757	3 577	2 790	9 142	1 248	34,9
	M	18 268	3 389	2 774	9 757	2 348	69,3

**Fonte:** DREM, 2012 (adaptado)

A Tabela I evidencia a Distribuição dos Grupos Etários e o Índice de Envelhecimento no Concelho de Câmara de Lobos. Este concelho, até ao final do ano 2012, possuía 35.025 habitantes dos quais 16.757 eram homens e 18.268 eram mulheres. Com cerca de 52,14 Km<sup>2</sup> é o segundo município da RAM com maior densidade populacional (673,4 habitantes por Km<sup>2</sup>) e simultaneamente o que apresenta maior percentagem de jovens com idades compreendidas entre os 0 e os 14 anos (20,9%)

Relativamente ao grupo etário dos 65 anos ou mais, em 2012 residiam 3.596 indivíduos no município de Câmara de Lobos sendo 1.248 homens e 2.348 mulheres, quase duas vezes mais mulheres do que homens. O seu índice de envelhecimento (51,6) é o valor mais baixo da RAM.

**Tabela II – Distribuição dos Residentes do Concelho de Câmara de Lobos pelas várias Freguesias entre 2001-2011**

Freguesias do Concelho de Câmara de Lobos	População Residente	
	Censos 2001	Censos 2011
<b>Câmara de Lobos</b>	16 842	17 986
<b>Curral das Freiras</b>	1 673	2 001
<b>Estreito de Câmara de Lobos</b>	10 236	10 269
<b>Quinta Grande</b>	2 156	2 099
<b>Jardim da Serra</b>	3 707	3 311
<b>Total do Concelho</b>	34 614	35 666

**Fonte:** DREM, 2012 (adaptado)

A Tabela II demonstra a distribuição da população residente no concelho de Câmara de Lobos pelas várias freguesias entre 2001-2011. O recenseamento de 2001 apurou uma população residente de 34 614 indivíduos enquanto em 2011 se registou um aumento deste valor para 35 666 habitantes. Em 2011 a população residente estava dividida da seguinte forma, pelas suas cinco freguesias: 17.986 habitantes em Câmara de Lobos, 2.001 habitantes no Curral das Freiras, 10.269 habitantes no Estreito de Câmara de Lobos, 2.099 habitantes na Quinta Grande e 3.311 no Jardim da Serra. Comparados aos valores de 2001, estes apresentam, no seu conjunto, um aumento de população no concelho. Porém destaca-se uma diminuição populacional nas freguesias do Jardim da Serra, do Estreito de Câmara de Lobos e de Quinta Grande.

O Concelho de Câmara de Lobos oferece à sua população sénior um variado leque de atividades sócio culturais, tais como<sup>6</sup>:

- *Turismo Associativo e Turismo Sénior*: que tem como objetivo dar a conhecer diversos destinos de interesse turístico, cultural e paisagístico;
- *Semana Sénior*: a qual consiste na mobilização dos idosos do município para as atividades de carácter informativo, pedagógico e cultural, e também visa

<sup>6</sup> [http://www.cm-camaradelobos.pt/Actividades\\_S%C3%B3cio-Culturais-1103.aspx#.VDP6dxbgE7k](http://www.cm-camaradelobos.pt/Actividades_S%C3%B3cio-Culturais-1103.aspx#.VDP6dxbgE7k),  
accedida a 15 de Março de 2014

- proporcionar diversos momentos de caráter cultural e desportivo, fomentando assim, o convívio interpessoal;
- *Vida Saudável*: informação na área da saúde para o bem-estar dos munícipes através de palestras das mais variadas temáticas com o objetivo de formar e informar a população;
  - *Bairro Ativo: Vida Social – Comportamentos e Atitudes*: ocupar e dinamizar as populações dos bairros camarários, com atividades de caráter formativo, informativo e cultural, com o objetivo de integrar os seus residentes e inculcar-lhes hábitos e estilos de vida saudáveis;
  - *Sessões de Cinema*: proporcionar momentos de convívio e de ocupação à população idosa de Câmara de Lobos inculcando o gosto pela visualização de obras cinematográficas, com a apresentação gratuita e mensal de um filme;
  - *Vive Dançando*: Proporcionar momentos de diversão e interação, com a finalidade de quebrar o isolamento e a desatenção com que os idosos por vezes vivem através da realização mensal deste programa (primeiro domingo de cada mês). Com o objetivo de obter um nível de atividade física e a movimentação necessária para o prolongamento do bem-estar físico;
  - *Atelier de Leitura*: Combater a taxa de analfabetismo e a implementação do gosto pela leitura e escrita da população adulta e sénior;
  - *Grupo de Expressão Dramática – Sempre Jovem*: Inculcar o gosto pela dramatização e expressão corporal, criar um grupo de animação/expressão dramática para animação de diversas festividades de animação existentes no concelho e/ou na região;
  - *Cursos de Informática*: Cursos gratuitos de iniciação à informática através da Fundação para a Divulgação das Tecnologias de Informação, com o intuito de proporcionar o acesso às novas tecnologias.

Em seguida apresentaremos, sucintamente, alguns aspetos socioeconómicos de cada freguesia de forma a ficarmos a conhecê-las melhor.

### 1.5.1.2 – Câmara de Lobos

A freguesia de Câmara de Lobos tem com 7,63km<sup>2</sup>, é a mais populosa do concelho e aquela que apresenta uma maior densidade populacional tendo 323,8 habitantes por km<sup>2</sup>. De acordo com os censos de 2011 possui 8.782 homens e 9.204 mulheres num total de 17.986 indivíduos.

Nesta freguesia, as principais atividade económicas<sup>7</sup> são a pesca e as atividades ligadas a esta, como a construção de barcos e a secagem da gata<sup>8</sup> ou sapata<sup>9</sup>. A agricultura constitui uma importante atividade, com 686 explorações agrícolas, segundo dados do INE. Outras atividades são: a indústria dos curtumes, a transformação de plásticos, produção de bebidas, hotelaria, panificação, serralharia, entre outras.

Nesta freguesia estão inseridos alguns espaços culturais e desportivos<sup>10</sup>. Nos espaços culturais temos: a Casa da Cultura de Câmara de Lobos, a Biblioteca Municipal de Câmara de Lobos, o Museu da Imprensa e o Centro Comunitário Cidade Viva. Ao nível dos espaços desportivos existem: o Estádio de Futebol de Câmara de Lobos e dois Pavilhões Gimnodesportivos de Câmara de Lobos.

### 1.5.1.3 – Estreito de Câmara de Lobos

A freguesia do Estreito de Câmara de Lobos tem uma área de 8,2 km<sup>2</sup> e uma densidade populacional de 123,9 habitantes por km<sup>2</sup>. Segundo os censos de 2001 esta freguesia tem 10.269 habitantes representando, assim, 29,6% do total da população do Concelho de Câmara de Lobos<sup>11</sup>.

As atividades económicas nesta freguesia centram-se no sector primário, destacando-se a agricultura, nomeadamente a produção vitivinícola. Outras atividades económicas prendem-se com o pequeno comércio, alguns serviços e pequena indústria,

---

<sup>7</sup> [Http://www.freguesiacamaradelobos.pt/portal/v1.0/mod\\_texto.asp?pag=ec](http://www.freguesiacamaradelobos.pt/portal/v1.0/mod_texto.asp?pag=ec), acedida a 15 de Março de 2014

<sup>8</sup> Peixe da espécie *Dalatias licha*, género *Dalatidae*, sendo pescado a uma profundidade de 150 a 900 braças.

<sup>9</sup> Nome porque é popularmente conhecido um dos peixes da espécie *Deania calceus*, família *Squalidae* com habitat entre os 350 a 700 braças de profundidade.

<sup>10</sup> [Http://www.freguesiacamaradelobos.pt/portal/v1.0/mod\\_texto.asp?pag=ep](http://www.freguesiacamaradelobos.pt/portal/v1.0/mod_texto.asp?pag=ep), acedida a 15 de Março de 2014

<sup>11</sup> [Http://www.freguestreitodecamaradelobos.pt/portal/v1.0/mod\\_texto.asp?pag=6681675704733789486690172124](http://www.freguestreitodecamaradelobos.pt/portal/v1.0/mod_texto.asp?pag=6681675704733789486690172124), acedida a 15 de Março de 2014

como a construção civil, panificação, serralharia, móveis e blocos de betão. Porém a construção civil e os serviços constituem as áreas que mais geram emprego e riqueza<sup>12</sup>.

Os espaços públicos existentes neste concelho são: o Centro Cívico do Estreito e o Centro Comunitário Vila Viva.

#### **1.5.1.4 – Quinta Grande**

A freguesia da Quinta Grande com uma área de 4,19 km<sup>2</sup> tem 2.099 habitantes possuindo uma densidade populacional de 539,6 habitantes por km<sup>2</sup>.

As principais atividades económicas são a agricultura, nomeadamente a horticultura, e a construção civil. Embora muitos habitantes vivam desta última atividade, exercem-na fora desta freguesia.

Nas instituições culturais destaca-se a Casa do Povo e o seu grupo folclórico, denominado de Grupo Folclórico da Casa do Povo da Quinta Grande<sup>13</sup>.

#### **1.5.1.5 - Curral das Freiras**

A freguesia do Curral das Freiras é a mais extensa do concelho de Câmara de Lobos com 25,07 km<sup>2</sup>. Possui uma população residente que se cifra em 2001 indivíduos e a densidade populacional é de 79,8 habitantes por km<sup>2</sup>.

A atividade económica mais comum nesta freguesia é a agricultura, nomeadamente, a horticultura. As produções agrícolas mais abundantes nesta zona são a castanha e a ginja, sendo que destas derivam produtos artesanais, como é o caso dos licores.

Quanto às instituições culturais e desportivas, existem a Associação Cultural e Ambientalista Refúgio da Freira, a Casa do Povo com o seu Grupo de Folclore e o Clube Desportivo do Curral das Freiras<sup>14</sup>.

---

<sup>12</sup> [http://www.fregestreitodecamaradelobos.pt/portal/v1.0/mod\\_texto.asp?pag=102195614863259173231238310657](http://www.fregestreitodecamaradelobos.pt/portal/v1.0/mod_texto.asp?pag=102195614863259173231238310657), acedida a 15 de Março de 2014

<sup>13</sup> [http://www.concelhodecamaradelobos.com/dicionario/freguesia\\_quinta\\_grande.html](http://www.concelhodecamaradelobos.com/dicionario/freguesia_quinta_grande.html), acedida a 15 de Março de 2014

<sup>14</sup> [http://www.concelhodecamaradelobos.com/dicionario/freguesia\\_curral\\_freiras.html](http://www.concelhodecamaradelobos.com/dicionario/freguesia_curral_freiras.html), acedida a 15 de Março de 2014



### 1.5.1.6 - Jardim da Serra

A freguesia do Jardim da Serra com uma área de 7,14 km<sup>2</sup> possui 3.311 habitantes e uma densidade populacional de 466,3 habitantes por km<sup>2</sup>.

A principal atividade económica é a agricultura, concretamente a horticultura e a fruticultura, predominantemente a produção de cereja. A atividade comercial é intensa com muitos comerciantes ambulantes de fruta regional. A construção civil e os serviços constituem também atividades económicas relevantes.

No que concerne a instituições culturais, esta freguesia possui: a Casa do Povo e a Associação Cultural e Recreativa do Jardim da Serra<sup>15</sup>.

## 1.6– Seleção dos sujeitos do estudo

Uma vez que este estudo pretendia conhecer a realidade do concelho de Câmara de Lobos decidimos cobrir, de alguma forma, toda a área geográfica do mesmo. Para tal determinamos que seriam entrevistadas duas pessoas de cada freguesia do concelho de Câmara de Lobos: Câmara de Lobos, Estreito de Câmara de Lobos, Quinta Grande, Curral das Freiras e Jardim da Serra, num total de dez entrevistados. Como situação ideal equacionámos que estes entrevistados deveriam ser de géneros diferentes, não casados um com o outro e com 65 anos ou mais.

Esta pesquisa teve por base uma amostra por conveniência de dez entrevistados (como acabámos de referir), sendo que este número reduzido se deveu a vários fatores, nomeadamente a predisposição dos seniores a serem entrevistados ou mesmo das suas famílias em permitir que os idosos participassem no estudo. Isto entre outros motivos que posteriormente explicaremos nas *Limitações do estudo*.

De forma a garantir sigilo durante todo o processo, foi-lhes explicado que as informações fornecidas seriam utilizadas única e exclusivamente para o estudo em questão, não sendo os dados cedidos a terceiros. Todos os entrevistados assinaram a declaração de consentimento informado<sup>16</sup>, à exceção de dois que eram analfabetos. Apesar deste facto concordaram verbalmente com o que estava indicado neste mesmo consentimento.

---

<sup>15</sup> [Http://www.concelhodecamaradelobos.com/dicionario/freguesia\\_jardim\\_serra.html](http://www.concelhodecamaradelobos.com/dicionario/freguesia_jardim_serra.html), acedida a 15 de Março de 2014

<sup>16</sup> Ver anexo “Declarações de Consentimento Informado”

As entrevistas foram gravadas<sup>17</sup> com o recurso a um dispositivo de gravação e posteriormente transcritas de forma a analisar o seu conteúdo.

### **1.7 – As limitações do estudo**

Uma das limitações à realização desta pesquisa encontra-se no circunscrito número de obras bibliográficas pelo que o nosso enquadramento teórico tem por base uma reduzida lista de autores.

A dificuldade em contactar seniores e estes aceitarem serem entrevistados foram, igualmente, entraves a este estudo. Outra dificuldade foi a de encontrar indivíduos que quisessem ser entrevistados. Em outros casos a família não permitia a realização da entrevista, visto que consideravam que os investigadores pretendiam “saber da vida deles” e não a queriam expor a desconhecidos.

Existiram alguns casos de seniores que pensavam sermos vendedores de *telemarketing*, quando o primeiro contato era realizado por telefone, pois na altura, ocorreram vários casos de idosos burlados através deste método.

Apesar de tanto homens como mulheres terem por hábito viajar, é importante referirmos que uma das dificuldades encontradas foi a de conseguir contactar indivíduos do género masculino, já que os centros comunitários são frequentados maioritariamente pelo género feminino.

Por último, reconhecemos como limitação o reduzido nível de escolaridade de alguns dos idosos, o que levou o entrevistador a ajustar e até explicar o vocabulário de algumas das perguntas colocadas.

---

<sup>17</sup> Ver anexo “Áudio Entrevistas”

## **CAPÍTULO IV – APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS DA INVESTIGAÇÃO**

## **1 – Entrevistas aos Seniores do Concelho de Câmara de Lobos**

Conforme mencionado anteriormente, foram realizadas dez entrevistas as quais foram agendadas de acordo com a disponibilidade dos seniores. Para tal contámos com a ajuda de duas educadoras seniores e de um animador sociocultural, funcionários dos centros comunitários Cidade Viva (Centro comunitário de Câmara de Lobos) e Vila Viva (Centro Comunitário do Estreito de Câmara de Lobos) pertencentes à Câmara Municipal de Câmara de Lobos, os quais são frequentados pela maioria destes inquiridos. Algumas das entrevistas decorreram nestes mesmos centros comunitários. A nossa presença foi autorizada verbalmente pela Dra. Elizabete Costa, pessoa responsável pelas atividades realizadas nestes centros comunitários. Outras foram realizadas em casa dos indivíduos entrevistados, para uma maior comodidade dos mesmos e também na Casa do Povo do Curral das Freiras. Aqui as entrevistas foram verbalmente autorizadas pela pessoa responsável da mesma, a Dra. Dina Silva.

No total foram aplicadas dez entrevistas a seniores entre os dias vinte e cinco de fevereiro e vinte e três de julho de dois mil e catorze. Quanto à duração das mesmas, estas oscilaram entre os seis e os quarenta minutos.

Dado que este estudo pretende compreender os hábitos de turismo dos seniores foi solicitado às educadoras seniores e ao animador sociocultural, que nos indicassem quais os idosos que efetivamente viajassem. Os animadores abordaram sete dos entrevistados acerca dessa temática, pois existia já alguma proximidade entre ambos. Contactámos os restantes entrevistados mediante os seus contactos telefónicos que nos foram cedidos, o que nos permitiu a agendar diretamente a nossa entrevista.

As entrevistas semiestruturadas foram constituídas por duas partes: na primeira pretendíamos obter os dados biográficos dos entrevistados caracterizando-os ao nível da idade, género, estado civil, profissão anterior à reforma, escolaridade e, por último, conhecer o seu rendimento mensal. Na segunda parte, quisemos desvendar quais os seus hábitos de turismo. Foram feitas perguntas sobre a frequência com que anualmente viajavam, com quem, como obtinham informação, procediam à marcação das viagens, qual a forma de pagamento e a finalidade das mesmas. Também foram realizadas questões sobre as suas motivações para o turismo e as experiências aquando das suas saídas dos locais de residência por mais do que 24 horas.

Os entrevistados tinham necessariamente de ter 65 anos ou mais pois, conforme já referimos, essa é considerada a idade legal de reforma. O baixo nível de habilitações de

alguns dos entrevistados, tal como alguma dificuldade ao nível da audição levou a que o entrevistador utilizasse um vocabulário simples e de fácil compreensão para que as respostas dadas fossem claras e objetivas. Depois de realizadas as entrevistas analisámos, de forma descritiva<sup>18</sup> e interpretativa, selecionando a informação relevante para os objetivos específicos desta investigação.

Para compreender e verificar estes aspetos foram realizadas dez entrevistas, cinco a homens e cinco a mulheres, em idade sénior e residentes no concelho de Câmara de Lobos, mais precisamente dois de cada freguesia (um homem e uma mulher não casados um com o outro). Estes entrevistados foram designados por E (entrevistados) seguindo-se um número de identificação de modo a permitir a codificação das respostas. A Tabela III apresenta-nos a codificação atribuída aos entrevistados assim como os respetivos géneros e idades.

---

<sup>18</sup> Ver Anexo I

## 1.1 Dados pessoais

**Tabela III – Identificação dos Entrevistados Consoante a Idade e o Género**

<b>Identificação dos entrevistados</b>	<b>Idade (anos)</b>	<b>Género</b>
<b>E1</b>	75	Masculino
<b>E2</b>	67	Feminino
<b>E3</b>	79	Feminino
<b>E4</b>	65	Feminino
<b>E5</b>	76	Masculino
<b>E6</b>	66	Feminino
<b>E7</b>	75	Masculino
<b>E8</b>	68	Masculino
<b>E9</b>	71	Feminino
<b>E10</b>	66	Masculino

A Tabela III identifica os entrevistados consoante a sua idade e género. As idades dos entrevistados compreendem-se entre os 65 e os 79 anos. Dos dez entrevistados, conforme já mencionado anteriormente, cinco são do género masculino e cinco do género feminino.

**Tabela IV – Distribuição dos Entrevistados por Grupos de Idade**

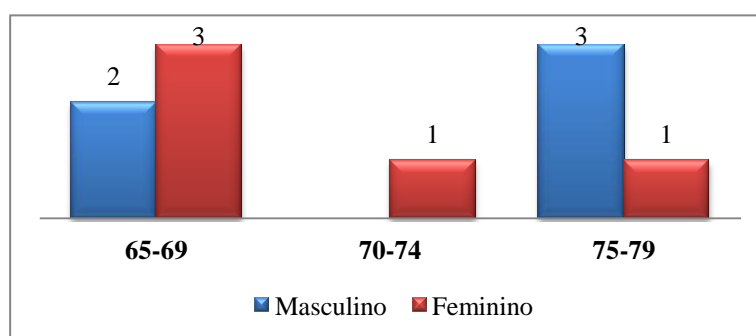
<b>Grupos de Idade (anos)</b>	<b>Valor Absoluto</b>	<b>Percentagem</b>
<b>65-69</b>	5	50%
<b>70-74</b>	1	10%
<b>75-79</b>	4	40%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

Alguns gerontólogos dividem a velhice em categorias cronológicas e desta maneira classificam “idoso jovem”, o idoso com idade compreendida entre os 65 e os 74 anos, o “idoso médio” aquele que tem entre 75 e 84 anos e o “idoso idoso” o idoso com 85 ou mais anos, mas a maioria deles prefere classificar as pessoas segundo a sua idade funcional, devendo esta definição estar relacionada com a saúde, a independência física, a função social e psicológica. (Stabb e Hodges, 1997, cit. in Imaginário, 2005)

A idade cronológica surge como uma forma relativamente precisa de identificar o grupo “idoso”. Mas é de salientar que as características relativas ao desenvolvimento biológico, psicológico e social podem variar de pessoa para pessoa, por isso Rodrigues (1997) afirma que “a questão da idade é um pouco controversa dado a dificuldade de encontrar uma definição abrangente para a interpretação do termo” (cit. in Imaginário, 2005, p. 44).

Desta forma, com base na Tabela IV, podemos constatar que os dez entrevistados (100%) situam-se entre o “idoso jovem” e o “idoso médio”, verificando-se que cinco deles têm entre 65 e os 69 anos, ou seja, 50%. O grupo dos 75 aos 79 anos perfaz 40% - quatro entrevistados - e entre os 70 e os 74 anos, apenas um dos entrevistados.

**Gráfico I – Distribuição dos Entrevistados por Grupos de Idade e Género**



O Gráfico I apresenta a distribuição dos entrevistados por Grupos de Idade e Género. Num valor total temos cinco entrevistados do género masculino e cinco do género feminino. Dentro do género masculino dois seniores têm idades compreendidas entre os 65 e os 69 anos e três entre os 75 e os 79 anos não existindo nenhum no grupo dos 70 aos 74 anos. No género feminino existem três entrevistadas no grupo etário dos 65 aos 69 anos, um no grupo etário dos 70 aos 74 e um no último grupo, que compreende idades entre os 75-79 anos.

**Tabela V – Estado Civil dos Entrevistados**

Estado Civil	Valor Absoluto		Total
	Masculino	Feminino	
Casado	4	2	6
Viúvo	0	3	3
Divorciado	1	0	1
Solteiro	0	0	0

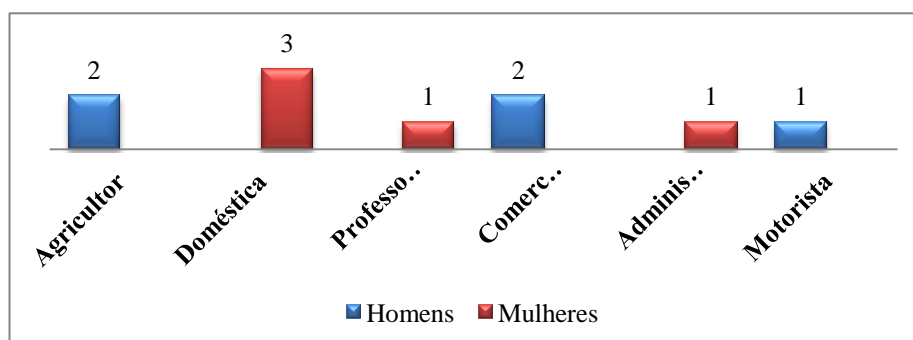
A Tabela V corresponde ao estado civil dos entrevistados. Assim, percebemos que dos cinco homens entrevistados quatro são casados, e um é divorciado. Não se verifica nenhum na categoria de viúvo ou de solteiro.

No que concerne às mulheres, duas das entrevistadas são casadas, três são viúvas, não havendo nenhuma divorciada ou solteira.

Neste estudo a maioria dos entrevistados apresentam um estado civil de casados (seis), seguem-se os viúvos (três) e o divorciado (um). Não existem solteiros.

No que respeita à formação familiar, e com base nos dados do INE (2012), estudos anteriores revelam que a maior parte da população idosa vive com o conjuge, sendo que a percentagem é francamente superior no género masculino. Esta divergência na forma de vivência familiar entre os dois géneros pode estar associada à mortalidade masculina e ao celibato feminino.

**Gráfico II – Profissão Exercida**



A reforma prevê três fases: a **pré-reforma** – período em que a pessoa se confronta com a ideia de se reformar e se questiona quanto ao momento do seu início; a **decisão de**



**se reformar** – nesta fase verifica-se que os aspetos económicos são aqueles que mais influenciam a tomada de decisão e, por último, a *reforma propriamente dita* (Nunes, 2005).

No campo da profissão, dois entrevistados do género masculino eram agricultores, dois são comerciantes que ainda se encontram no ativo e um era motorista. Entre o género feminino três entrevistadas são domésticas, uma foi professora primária e outra foi administrativa.

Deparámo-nos com profissões típicas de cada género. Dado que a amostra está inserida numa zona rural, o facto de dois indivíduos serem agricultores é algo bastante comum. A segunda profissão entre os homens, a de comerciante, é também comum na área em estudo, pois existem vários negócios pequenos, tais como mercearias, bares e cafés por todo o concelho e muitos são geridos por pessoas com mais de 65 anos. Daí ambos os entrevistados ainda se encontrarem no ativo. Por último, temos o motorista, que trabalhou no percurso entre a cidade do Funchal e a área do concelho de Câmara de Lobos.

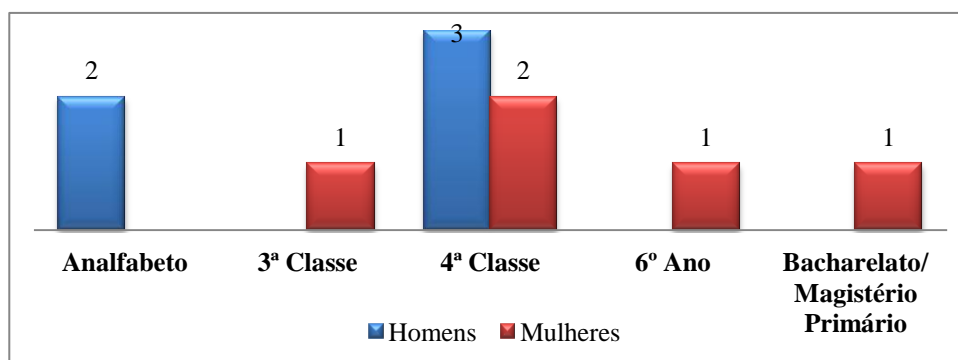
As profissões femininas são igualmente as esperadas para este género. Temos três domésticas, pois tradicionalmente a mulher ficava em casa para fazer a gestão do lar, cuidar dos filhos e educá-los enquanto ao homem incumbia sair do lar para trabalhar.

A professora primária exerceu uma profissão normalmente destinada apenas às pessoas que provinham de famílias com algum poder económico e que conseguiam proporcionar um grau de escolaridade tão elevado a uma filha. Finalmente a profissão de administrativa era pouco comum para uma mulher.

Importa referir a visão de Nunes (2005, p.17) sobre a reforma:

“Nos últimos anos as taxas de emprego e de participação das pessoas mais velhas têm vindo a diminuir. Esta diminuição (...) deve-se, sobretudo (...) à prática generalizada de reformas antecipadas involuntárias associadas à reestruturação das empresas, sobretudo do sector privado. O esforço de aumentar a participação na vida ativa exigirá modificações estruturais de natureza cultural (...)”

**Gráfico III – Escolaridade dos Entrevistados**



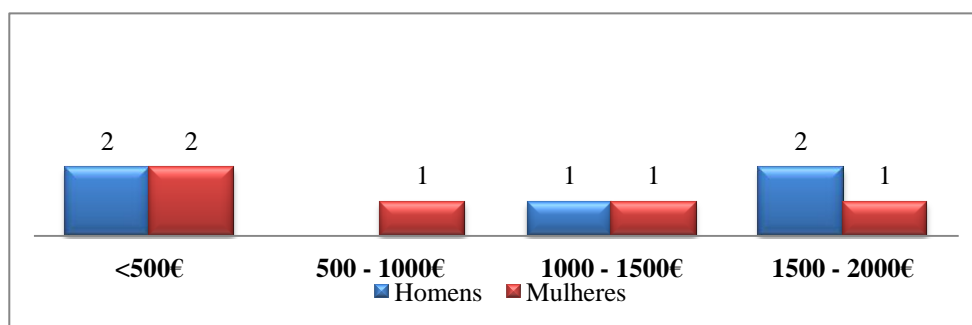
O Gráfico III revela a escolaridade dos entrevistados. Interpretando os dados constatamos que metade dos entrevistados (cinco) tem a antiga 4ª classe, três do género masculino e dois do género feminino. Os restantes dois entrevistados do género masculino são analfabetos, situação que não se verifica em nenhuma entrevistada do género feminino. Os restantes entrevistados, mulheres, têm a antiga 3ª classe, o 6º ano e o Bacharelato/Magistério Primário.

Um dos contributos que explica a baixa ou nula escolarização é a teoria do “handicap sociocultural” de Piaget, a qual defende que este fenómeno social depende do meio de origem do indivíduo (Queirós, 2004).

Queirós (2004) afirma que muitos pais põem os filhos a trabalhar no tempo em que deveriam estar estudar, facto que se traduziu no abandono prematuro da escola por parte destes idosos para começarem a contribuir nas despesas do seu agregado familiar.

Assim, os dados revelam que as mulheres entrevistadas têm um nível educacional superior ao dos homens, contrariando a ideia de que as mulheres desta faixa etária têm um nível de escolaridade inferior ao dos homens. A este propósito Nunes (2005, p. 19) refere que, “à medida que se avança para os escalões etários mais altos aumenta também a percentagem de mulheres sem instrução tal como a dos homens, embora não seja tão gravosa a situação no sexo masculino”.

**Gráfico IV – Rendimento Mensal vs. Género**



No que concerne ao valor das reformas/pensões, estas situam-se entre menos de 500 euros (alguns entrevistados referiram que recebem pouco mais de 200 euros) e os 2000 euros (todos os inquiridos revelam que estes valores são baixos e/ou têm diminuído ao longo do tempo).

O Gráfico IV apresenta o rendimento mensal em conformidade com o género. Com menos de 500 euros temos dois entrevistados de cada género. Apenas um entrevistado do género feminino afirmou receber um montante entre os 500 e os 1.000 euros. O valor entre os 1.000 e os 1.500 euros é auferido por um entrevistado de cada género. Finalmente, os valores entre os 1.500 e os 2.000 euros observam-se em três entrevistados, dois do género masculino e um do género feminino.

Segundo dados do INE (2012a), os agregados familiares com idosos registam sistematicamente índices de pobreza superiores aos encontrados para o total de agregados ou para os agregados sem idosos.

Apesar da melhoria do nível de vida da população em geral, os idosos continuam a ser uma das categorias mais vulneráveis à situação de pobreza e de exclusão social.

**Tabela VI – Rendimento vs. Escolaridade**

<b>Rendimento Mensal (€)</b>	<b>Escolaridade dos Entrevistados</b>				
	<b>Analfabeto</b>	<b>3ª Classe</b>	<b>4ª Classe</b>	<b>6º Ano</b>	<b>Bacharelato</b>
<b>&lt;500</b>	2	1	0	1	0
<b>500 – 1000</b>	0	0	1	0	0
<b>1000 – 1500</b>	0	0	3	0	0
<b>1500 - 2000</b>	0	0	1	0	1
<b>Valor Absoluto</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

“Quanto mais alto for o nível educacional bem como a formação adicional, mais e melhores competências terão os homens e as mulheres para enfrentarem os desafios de uma sociedade cada vez mais global e competitiva” (Nunes, 2005, p. 17).

Ao compararmos os rendimentos com o nível de escolaridade compreendemos que existe uma relação entre ambas as variáveis, isto é, um nível inferior de escolaridade reflete-se nos rendimentos. No entanto, existem exceções que serão explicadas na Tabela VII onde são comparadas as profissões com a escolaridade dos entrevistados.

**Tabela VII – Profissão vs. Escolaridade**

<b>Profissão</b>	<b>Escolaridade dos Entrevistados</b>				
	<b>Analfabeto</b>	<b>3ª Classe</b>	<b>4ª Classe</b>	<b>6º Ano</b>	<b>Bacharelato</b>
<b>Agricultor</b>	2	0	0	0	0
<b>Doméstica</b>	0	1	1	1	0
<b>Professora Primária</b>	0	0	0	0	1
<b>Comerciante</b>	0	0	2	0	0
<b>Administrativa</b>	0	0	1	0	0
<b>Motorista</b>	0	0	1	0	0

A profissão dos entrevistados apresenta uma relação direta com o seu nível de escolaridade. Analisando a Tabela VII, verificamos que os dois entrevistados que eram agricultores são analfabetos. Por seu turno, os dois comerciantes, que permanecem no ativo, têm a antiga 4ª classe, tal como o motorista e a administrativa. As entrevistadas domésticas são aquelas que apresentam níveis de escolaridade que oscilam entre a 3ª classe

e o 6º ano. Por último, a entrevistada com mais qualificações é a professora primária, com um Bacharelato. Concluímos desta forma, que a escolaridade destes idosos contribuiu para que estes, ao longo da sua vida ativa, desempenhassem profissões compatíveis com aquela.

## 1.2- Hábitos de Viagem

Visto que todos os entrevistados tinham efetivamente o hábito de viajar, o E1 declarou “costumo viajar tudo o que posso” enquanto o E3 referiu “já viajei muito” e a E4 indicou que viaja “bastante”. Uma resposta muito interessante foi a do E6 que afirmou “já viajei mais do que agora (...) mas vou começar outra vez”.

A manutenção de um elevado nível de atividade revela-se condição fundamental para que o processo de envelhecimento seja bem-sucedido.

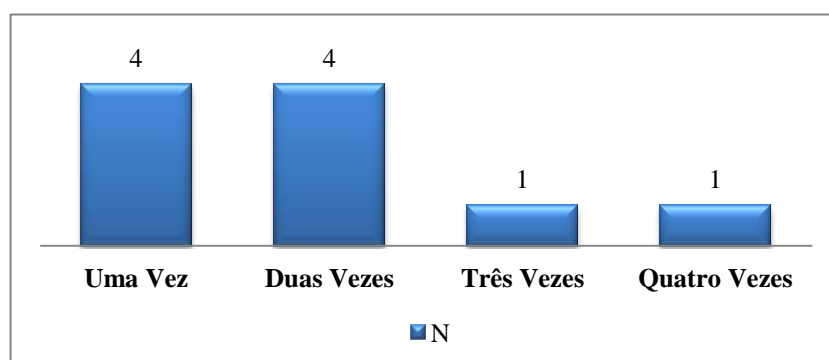
De acordo com a *Teoria do Desuso*, os idosos que não treinam as capacidades tanto físicas como cognitivas, têm maior dificuldade na realização de certas atividades. (Zimerman, 2000)

À luz desta teoria e de acordo com a nossa investigação, os idosos que viajam têm uma maior probabilidade de serem estimulados cognitivamente, permitindo que estes ultrapassem melhor as dificuldades que surgem, próprias desta fase da vida.

Razão pela qual podemos afirmar que “estimular é criar meios de manter a mente, as emoções, as comunicações e os relacionamentos em atividade.” (idem, p. 133)

## 1.3 - Frequência das Viagens

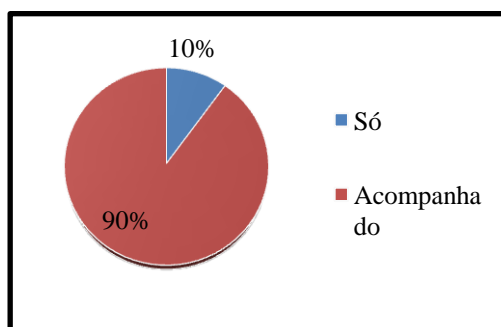
**Gráfico V – Frequência anual das Viagens**



O Gráfico V apresenta a frequência com que estes entrevistados viajam, ou seja, em média os idosos viajam entre uma a duas vezes num ano. Quatro seniores afirmaram que viajam apenas uma vez por ano, como é o caso do E5 “não viajo muito, [apenas] uma vez por ano” e do E9 “uma vez por ano (...) à Inglaterra, tenho lá a família quase toda”. No grupo daqueles que viajam pelo menos duas vezes temos, por exemplo, o E3 que referiu “no último ano [viajei] duas vezes” e o E8 “o ano passado fui duas vezes (...) este ano não vou a nada, não posso”. O E4 tem por hábito viajar várias vezes por ano embora acrescente que nem sempre tem disponibilidade para o fazer “já houve um ano que viajei três vezes”. No grupo dos que mais viajam temos o E2 com quatro vezes “num ano [viajo] quatro ou cinco vezes (...) não vou duas vezes fora [sair da RAM] ”. Este último foi, para nós, aquele que melhor compreendeu o conceito de viajar pois embora os restantes tenham sido informados antecipadamente do significado deste conceito, para a maioria dos entrevistados viajar significa sair da RAM utilizando o avião.

#### 1.4– Acompanhantes

**Gráfico VI – Com quem viaja**



Uma das nossas questões era sobre com quem estes idosos viajavam, sendo que através das respostas dadas, apenas um dos entrevistados, o E9, afirmou que viajava só. No entanto, o E4 diz-nos também “eu já viajei só” ainda que ressalve: “tenho levado grupos comigo. Já levei 20 pessoas, (...) 45, mas também (...) 60 pessoas” (este entrevistado organiza excursões entre idosos). Esta afirmação levou-nos a incluir este entrevistado no grupo daqueles que viajam acompanhados, isto porque no último ano foi assim que efetuou as suas viagens.

**Tabela VIII – Viajar Acompanhado**

Acompanhantes	N	Expressões
<b>Família</b>	<b>5</b>	“Com a mulher (...) e a filha” (E1) “Antes viajava (...) com o meu marido, agora arranjo sempre uma pessoa (...) Há uma sobrinha que me costuma acompanhar” (E3) “Com a minha esposa (...) e as miúdas [filhas] ” (E7) “Ano passado fui (...) com o meu irmão” (E8) “Eu a minha noiva” [mulher] (E10)
<b>Amigos/Grupo</b>	<b>4</b>	“Com amigos (...) e pouco com a família” (E2) “Tenho levado grupos comigo. Já levei 20 pessoas, (...) 45, mas também (...) 60 pessoas”. (E4) “Normalmente vou em grupo” (E5) “Com uma amiga” (E6)

Na Tabela VIII onde se discriminam os acompanhantes, as respostas dividem-se entre família e amigos. Cinco entrevistados afirmaram viajar com a família e os restantes quatro, com amigos. Dentro das respostas dadas à questão sobre quem os acompanhava destacamos as seguintes afirmações dos que viajam com família: “antes viajava (...) com o meu marido, agora arranjo sempre uma pessoa (...). Há uma sobrinha que me costuma acompanhar” (E3); “Ano passado fui (...) com o meu irmão” (E8). Dos que viajam com amigos: “Com amigos (...) e pouco com a família” (E2); “Tenho levado grupos comigo. Já levei 20 pessoas, (...) 45, mas também (...) 60 pessoas”. (E4).

Nesta fase da vida que é designada de terceira idade, a questão das amizades torna-se um assunto importante, pois de acordo com Paúl (1997, p. 109):

“Os amigos constituem uma parte importante das redes de apoio social na medida em que contribuem positivamente no sentimento de bem-estar subjetivos do idoso. Desta forma, é junto dos amigos que se partilham intimidades, que recebemos apoio emotivo e instrumental, que temos oportunidades de socializarmos. Assim sendo, as amizades são uma fonte de auto confirmação, valorização do eu, auto perceção, aceitação e proteção contra o mundo.”

É de referenciar que as amizades diminuem à medida que a idade avança. Este tipo de relações funda-se no apoio emocional recíproco, particularmente no caso das mulheres, enquanto os homens constroem as suas amizades baseadas, essencialmente, na partilha de atividades ou interesses. (ibidem, p. 110)

Segundo Zimerman (2000), é importante contrariar o isolamento voluntário, porque a convivência favorece a nossa autoestima, visto que se processa uma troca permanente de afeto, de carinho, de ideias, de sentimentos, de conhecimentos, de dúvidas; pode melhorar a nossa saúde física e mental e consecutivamente, gera em nós um sentimento de pertença a algo ou a alguém, ao mesmo tempo que atribui-nos uma certa importância, na medida em que desenvolvemos este ou aquele papel.

As depressões na velhice encontram-se quase sempre relacionadas com a perda, a morte, as doenças, as experiências stressantes ou o risco genético. Os aborrecimentos, as carências e os aspetos sociais, contribuem para a diminuição ou défices das capacidades e transtornos de memória, que dificultam o dia-a-dia. No aspeto social, é frequente o afastamento ou rutura dos grupos e diminuição das relações interpessoais, a perda de *status*, o abandono, o isolamento e a falta de amor. Estes fatores podem ocorrer em qualquer etapa da vida e qualquer faixa etária, mas a sua prevalência nesta fase da vida reside no facto de que habitualmente o idoso não reúne tanto apoio e motivação para as evitar ou para sair dessa situação. (idem, 2000)

**Tabela IX – Género dos Entrevistados e opção por Acompanhante**

<b>Acompanhantes</b>	<b>Homens</b>	<b>%</b>	<b>Mulheres</b>	<b>%</b>
<b>Família</b>	4	80%	1	20%
<b>Amigos/ Grupo</b>	1	20%	3	60%
<b>Só</b>	0	0	1	20%
<b>Total</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Ao analisarmos a Tabela IX percebemos que 80% dos homens entrevistados viaja com a família. Este valor traduz-se em quatro dos cinco seniores deste género, sendo que apenas um (20%) é acompanhado por amigos ou viaja em grupo, como é o caso do E5 “Normalmente vou em grupo”. Não existem quaisquer dados sobre homens que viajem sós. No género feminino uma entrevistada (20%) viaja com um membro da família mais jovem: “Há uma sobrinha que me costuma acompanhar” (E3). Outra entrevistada declara viajar só para ir ao encontro dos filhos emigrados. As restantes entrevistadas, viajam com amigos e/ou grupo. A título de exemplo temos a E2 que afirmou ser raro viajar com a família “Com amigos (...) e pouco com a família”.



A *Teoria dos Desligamento* proposta por Cumming e Henry (1961) defende que o idoso aceita, chegando mesmo a desejar, a diminuição das interações sociais que o meio lhe pode oferecer. Consequentemente, o indivíduo centra-se sobre si próprio e investe emocionalmente menos em pessoas ou objetos do meio. No entanto, esta perda de papéis sociais e a desvinculação do indivíduo à sociedade, tem como finalidade: a preparação para a sua morte e a substituição geracional. Todavia, existem autores que criticam esta teoria, pois advogam que há uma maior probabilidade desta situação se verificar em grupos de idosos, cujos problemas de saúde reduzem a sua capacidade de assumir qualquer papel social (Paúl, 1997).

Contudo, tal não se verifica entre os nossos entrevistados, sendo que alguns focaram, durante a entrevista, a importância da criação de novos laços de amizade durante as viagens. Estes acontecem especialmente quando se tratam de viagens do tipo excursionista programadas através de instituições como câmaras municipais ou agências de viagem, entre outras.

Figueira e Dias (2011, p. 86) explanam bem esta situação quando referem que, “do ponto de vista sociocultural, a prática turística provoca mudanças sociais e culturais que têm origem no surgimento e incremento de inúmeras interações sociais, entre os diversos agentes sociais que a integram”.

## 1.5 - Marcação de Viagens

**Tabela X – Locais de Marcação de Viagens**

Entrevistados	Câmara Municipal	Agência	“Senhor Padre”	Outros
E1	X		X	
E2	X			
E3	X	X	X	X
E4		X		
E5				X
E6	X			
E7			X	
E8		X		
E9		X		
E10	X	X		
Total %	33,33%	33,33%	20%	13,33

De acordo com Cunha (2007) quando existe o desejo de adquirir uma viagem ou de deslocação a um determinado destino, os indivíduos confrontam-se com um variado conjunto de questões que poderão ser complexas: o destino a escolher, a época do ano em que é aconselhável deslocarem-se, o preço que têm a pagar, o meio de transporte e o alojamento a utilizar, entre outras questões.

Ao inquirirmos como os idosos marcavam as suas viagens, estes revelaram as opções que utilizaram ao longo dos tempos. Das respostas fornecidas as mais comuns foram as seguintes: a *Câmara Municipal de Câmara de Lobos* e as *Agências de Viagens* cada uma respondida por cinco indivíduos; representando ambas o mesmo valor, 33,33%. Três entrevistados (20%) já marcaram através de “*Padres*” de várias paróquias, muitas delas sem integrarem a sua área de residência. Por último, dois entrevistados (13,33%) mencionaram outros locais como é o caso do E5, que revelou marcar as suas viagens através dos “*Arautos do Evangelho*” que é uma instituição religiosa.

A título de exemplo transcrevemos as seguintes expressões dadas por alguns dos entrevistados para percebermos melhor esta questão. Começamos pelo E1 que respondeu-nos “através da Câmara e de outros (...) pelo senhor padre”, por sua vez o E3 diz-nos as várias opções que utilizou ao longo dos anos “reservava pelo Inatel (...) pela Casa do Povo (...) pela Câmara (...) paróquia e agência...”. O E10 declara “já aconteceu ser da Câmara, (...) agência, isto é conforme dá”.

**Tabela XI – Locais de Marcação das Viagens vs. Acompanhantes**

<b>Acompanhantes</b>	<b>Câmara Municipal</b>	<b>Agência</b>	<b>“Senhor Padre”</b>	<b>Outros</b>
<b>Só</b>	0	1	0	0
<b>Família</b>	3	2	3	1
<b>Amigos/Grupo</b>	2	1	0	1
<b>Total</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>

Cruzando a informação dada sobre com quem viajavam e por que meios marcavam as suas viagens a Tabela XI demonstra que os entrevistados que viajam com a família reservam as suas viagens através da Câmara Municipal de Câmara de Lobos ou através de excursões marcadas por padres, havendo em cada categoria três idosos que utilizam estes meios. Um indivíduo respondeu ainda haver outras formas pelas quais já havia reservado, destacando o Inatel. Entre aqueles que viajam com amigos e/ou grupo dois indivíduos marcaram as viagens pela Câmara Municipal de Câmara de Lobos, um através de agência e outro através de uma associação religiosa. Nenhum dos entrevistados que viaja com grupos/amigos mencionou reservar as suas viagens através de padres. Por último, o único entrevistado que declarou viajar só, marca as suas viagens através de uma agência. Embora existam dez entrevistados, alguns referiram várias opções, sendo que consideramos todas as respostas dadas nesta de forma a compreender melhor as respostas, pois alguns dos indivíduos, como é o caso do E3, viaja há mais de vinte anos, ou seja, desde que se encontra reformado.

## 1.6- Locais de Divulgação das Viagens

**Tabela XII – Locais de Divulgação das Viagens**

Locais de Informação	Valor Absoluto	Expressões
<b>Câmara Municipal</b>	<b>3</b>	“Tudo na Câmara” (E2) “Pela Câmara (...) nos comunicam.” (E3)
<b>Boca-a-Boca</b>	<b>2</b>	“Alguém tem-me dito (...) pessoas amigas (...) um rapaz que tinha conhecimento através do senhor padre ...” (E10)
<b>Agências</b>	<b>4</b>	“Nas agências de viagens” (E4) “Agência” (E9)
<b>“Senhor Padre”</b>	<b>2</b>	“Pelo senhor padre”. (E1) “Era o senhor padre que informava tudo” (E7)
<b>Casa do Povo</b>	<b>1</b>	“Na casa do povo” (E6)
<b>Família</b>	<b>1</b>	“O meu irmão vai lá, ver aquilo tudo” (E8)
<b>Associação Religiosa</b>	<b>1</b>	“Através dessa associação [religiosa] ” (E5)

A Tabela XII permite-nos compreender como os seniores obtêm as informações sobre as suas várias viagens. Alguns dos entrevistados responderam-nos com mais do que uma opção e outros afirmaram ter utilizado apenas uma forma.

Assim, através da tabela verificamos que a grande maioria, quatro idosos, obtêm as suas informações através das *Agências de Viagens* como comprovam as seguintes afirmações: “Nas agências de viagens” (E4) “Agência [de Viagem] ” (E9). A segunda opção referida é a *Câmara Municipal* [de Câmara de Lobos] apontada por três seniores. Entre os que afirmaram saber através desta forma temos as seguintes declarações: “Tudo na Câmara” (E2); “Pela Câmara (...) nos comunicam.” (E3). Com o mesmo valor, duas respostas, temos o “*Boca-a-boca*” e “*Senhor Padre*”. O “*Boca-a-boca*” não é mais do que a obtenção da informação sobre as viagens através das relações sociais, quando os idosos mencionaram que *ouvem falar*, através de vizinhos e/ou amigos “Alguém tem-me dito (...) pessoas amigas (...) um rapaz que tinha conhecimento através do senhor padre ...” (E10). A divulgação através do “*Senhor padre*” é traduzida pelas expressões dos seguintes indivíduos “Pelo senhor padre” (E1); “Era o senhor padre que informava tudo” (E7). Os últimos três locais de divulgação indicados, cada um apontado por um entrevistado, foram:

*Casa do Povo*: “Na casa do povo” (E6); *Família*: “O meu irmão vai lá, ver aquilo tudo” (E8) e *Associação Religiosa*: “Através dessa associação [religiosa] ” (E5).

Assim, e nas palavras de Cunha (2007, p. 291) compreendemos que:

“Em muitos casos, o consumidor obtém informações sobre o destino que elege e sobre os meios que vai utilizar (...) adquirindo diretamente aos produtores de bens e serviços que deseja mas, noutros casos, terá de socorrer-se de intermediários que estabelecem relações diretas com os produtores.”

## 1.7– Pagamento

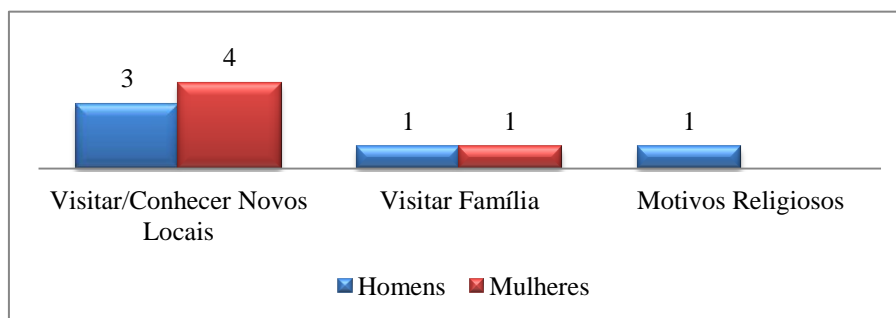
**Tabela XIII – Modalidades de Pagamento vs. Rendimento**

Modalidades de Pagamento	Rendimentos Mensais (€)				Total
	<500	500 - 1000	1000 - 1500	1500 - 2000	
Pronto Pagamento	4	2	0	0	6
Prestações	0	1	1	2	4
<b>Total</b>	4	3	1	2	10

A Tabela XIII relaciona a forma de pagamento das viagens com os respetivos rendimentos. Em primeiro lugar é importante referirmos que os entrevistados mencionaram duas modalidades, pronto pagamento e prestações, nesta segunda modalidade, a primeira prestação é normalmente feita no ato da inscrição e a segunda posteriormente. Achámos muito interessante o facto dos entrevistados com menores rendimentos serem os que mais optam pelo pronto pagamento. Nesta modalidade temos respostas como: “Eu gosto de pagar tudo de uma vez” (E1) ou “pronto pagamento, sempre a pronto. Eu já guardo durante o ano, (...) no mealheiro” (E2). Relativamente aos entrevistados que afirmam pagar a prestações destaca-se o E7 “primeiro o padre pedia 50% e depois dávamos o resto”. Já o E4 expõe que “quando dá tempo paga-se em duas prestações, senão paga-se numa”.

## 1.8– Motivações para viajar

Gráfico VII – Finalidade das Viagens



Cunha (2003, p. 227) afirma que “o nascimento do turismo moderno assenta numa base cultural e educativa (...). O turismo começou por ser um ato eminentemente cultural para, depois, passar a ser também outras coisas: repouso, evasão, reencontro, aventura, diversão, desporto, saúde, entre outras”.

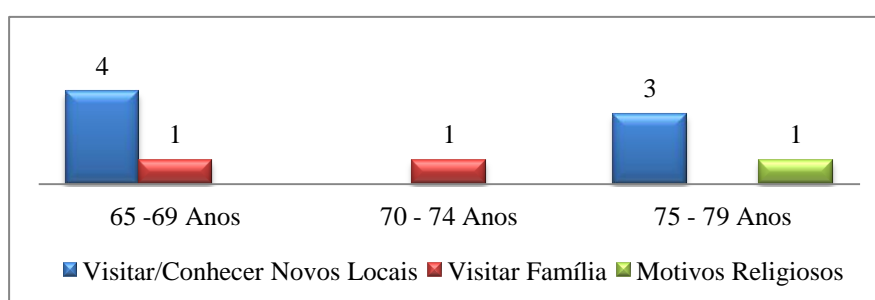
Assim, questionados sobre a razão pela qual viajavam, os entrevistados responderam conforme o que está manifesto no Gráfico VII. Sete idosos, valor que significa a maioria, afirmaram viajar para *Visitar/Conhecer Novos Locais*. Destes sete, quatro são do género feminino e três do género masculino. Algumas das expressões dadas nesta questão foram: “Para sair de casa, eu quero outros ares, outros ambientes, eu gosto de divertir-me” (E2); “Distrair, conhecer alguma coisa, eu gosto muito de conhecer sítios (...) conhecer coisas novas...” (E3). O segundo motivo indicado é o de *Visitar Família*, sendo que responderam desta forma dois entrevistados, um de cada género. A título de exemplo, temos a seguinte resposta: “Eu tenho família noutros países” (E9). Por último, temos um entrevistado do género masculino que apontou a Religião como a razão pela qual viaja, declarando: “Todos os anos há um encontro mundial de todo o mundo na igreja de Nossa Senhora da Trindade em Fátima (...), vamos visitar vários sítios do continente” (E5).

De acordo com Lee e Tideswell (2005), as atividades de lazer exercem uma força, sem dúvida, positiva, na vida dos seniores, em particular no que respeita à sua satisfação com a vida. As viagens e o lazer têm um papel importante no que concerne à sua saúde e equilíbrio. Os mesmos (Lee e Tideswell, 2005) acrescentam que viajar melhora a sua qualidade de vida e abre novos horizontes. As motivações que levam os idosos a viajar são

a vontade de experimentar e descobrir coisas novas, de conhecer novos lugares, descansar, relaxar e ocupar o tempo livre.

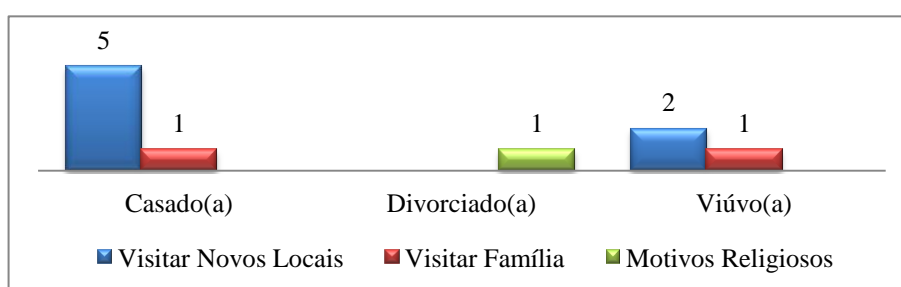
Também Acevedo (2003) corrobora os nossos resultados referindo que, os motivos que os idosos apresentam para viajar são: encontrar pessoas e socializar, escapar da rotina diária, descansar e relaxar, visitar museus e lugares históricos, experimentar coisas novas/visitar lugares novos, tal como atestámos no Gráfico VII

**Gráfico VIII – A Idade e as Motivações Para Viajar**



Ao relacionar as motivações para viajar com os grupos etários compreendemos, pelo Gráfico VIII, que o grupo dos 65-69 anos viaja, quase na totalidade, para *Visitar/Conhecer Novos Locais*, existindo apenas um elemento que viaja para visitar a família. No grupo dos 70-74 anos a única motivação mencionada pelo entrevistado inserido neste intervalo é a de *Visitar Família*. Finalmente, no grupo dos 75-79 anos, as motivações variam entre *Visitar/Conhecer Novos Locais*, dada por três entrevistados, e *Motivos Religiosos*, revelada por um único entrevistado.

**Gráfico IX – O Estado Civil e as Motivações Para Viajar**



Na investigação, quisemos determinar se as motivações para viajar se relacionam com o estado civil dos intervenientes. Assim sendo, apurámos que os indivíduos casados preferem, quase na totalidade, viajar para *Visitar/Conhecer Novos Locais*, razão indicada por cinco dos seniores. Neste estado civil apenas um refere viajar para *Visitar Família*.

O único elemento divorciado afirmou viajar por *Motivos Religiosos*.

Já entre os três entrevistados viúvos, dois indicaram como motivação para viajar *Visitar/Conhecer Novos Locais* e apenas um declarou viajar para *Visitar Família*.

## 1.9 - Destinos

Na questão sobre os destinos das viagens as respostas foram múltiplas, embora existam alguns pontos em comum entre eles. Quase todos (senão todos) afirmam que já visitaram locais religiosos e, para alguns, essa viagem terá sido a de que mais gostaram. Nos destinos salientaram-se Lourdes, em França, e o Santuário de Fátima, em Portugal Continental. O E5 que viaja exclusivamente para encontros religiosos, referiu que “todos os anos há um encontro mundial de todo o mundo na Igreja de Nossa Senhora da Trindade em Fátima (...), vamos visitar vários sítios do continente”. Mas também obtivemos respostas de entrevistados que gostam de conhecer outros países como é o caso do E9: “Quando estava em Inglaterra ia visitar [viajar] muito, tenho um filho na Hungria, (...) França, (...) Suíça ...”, e o E10 “ Marrocos (...) Espanha às Canárias” [este entrevistado também foi recentemente ao Brasil]. Outras respostas interessantes pertencem ao E3, ao dizer que prefere “destinos já organizados, que saiam daqui já organizados...”, ou até mesmo do E4 “eu prefiro levá-los mais (...) para caminhos chãos [fácil acesso/caminhada]”.

De acordo com Lima, Eusébio e Varum (2011, p. 126):

“o turismo é, reconhecidamente, uma atividade que promove o acesso à informação; é uma atividade que, quando planeada, pode fomentar uma forte ligação/cooperação entre agentes públicos e privados de uma sociedade, promovendo a eficiência nessa mesma sociedade e, por fim, é uma atividade que promove a socialização, através da interação entre comunidades e visitantes, bem como entre os diferentes elementos que constituem o grupo de viagem, fomentando desta forma também processos de aprendizagem.”



## 1.10– Meios de transporte

**Tabela XIV – Meios de Transporte Utilizados**

Meio de Transporte	N	%	Expressões
Avião	10	66,67%	“Avião e depois carro, camioneta” (E3) “Avião” (E4) “...fui de avião” (E6) “Vou daqui para Lisboa... [avião]” (E8)
Barco	2	13,33%	“De Barco só para o Porto Santo ou no rio Douro...” (E2)
Autocarro	3	20%	“...chegando a Lisboa, quando é para ir por Espanha (...) França (...) vamos de camionete” (E4) “...autocarro na estadia” (E6) “...fui de autocarro (...) não sabia que a Espanha era tão grande...” (E7)
Total	15	100%	

“O turismo, por definição, pressupõe a deslocação, que é uma das suas características essenciais, e por conseguinte, o transporte faz parte integrante do sistema turístico. É o transporte que permite o acesso ao destino a partir da residência habitual dos visitantes bem como as deslocações no seu interior e que, portanto permite a movimentação das pessoas sem a qual não há turismo.” (Cunha, 2007, p. 329)

Quanto aos meios de transporte usados pelos nossos entrevistados, todos revelaram já ter utilizado o avião. Isto porque os entrevistados residem numa ilha e o único meio de transporte que faz a ligação entre a RAM e Portugal Continental é o avião. Das respostas dadas, 66,67% utilizaram este meio, no entanto, chegando aos seus destinos, é comum a utilização de outro tipo de transporte, como é o caso do autocarro (20%), patente na resposta do E3, “avião e depois carro, camioneta [autocarro] ” e do E4 “...chegando a Lisboa, quando é para ir por Espanha (...) França (...) vamos de camionete”. Outro meio de transporte mencionado foi o barco, 13,33%, para a travessia entre a Madeira e Porto Santo e o E2 esclarece que “de barco só para o Porto Santo ou no rio Douro...”.

Segundo a OMT (2009),

“o transporte aéreo é responsável por mais de metade das deslocações internacionais (52%), enquanto duas em cada cinco deslocações são realizadas por modos rodoviários (39%), seja

por automóvel ou por autocarro, representando os modos aquáticos 6% e o caminho-de-ferro cerca de 3%.” (cit. in Costa, 2009, p. 126)

### 1.11– Alojamento do Sénior Viajante

**Tabela XV – Alojamento do Sénior Viajante**

<b>Tipo de Alojamento</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>Expressões</b>
<b>Família</b>	<b>5</b>	<b>31,25%</b>	“...em família” (E6)
<b>Hotel</b>	<b>8</b>	<b>50%</b>	...no Porto Santo, (...) na Praia Dourada” (E1) “Hotéis, não gosto de dar maçada [família] (...) gosto de pagar mais um pouco e ficar em hotéis” (E2) “Hotéis, ai não quero com a família, se é lugar que tenha família vou fazer uma visita mas ficar à noite não”. (E3) “Mas é hotéis completos, que é para gente ter refeições completas” (E4) “Tudo incluído e em vários hotéis...” (E5) “...em hotéis” (E6) “Tenho ido também a hotéis...” (E7) “Em hotéis, geralmente está tudo incluído”. (E10)
<b>Pensão</b>	<b>2</b>	<b>12,5%</b>	“...fiquei numa pensão.” (E8)
<b>Outros</b>	<b>1</b>	<b>6,25%</b>	“...fui pela igreja, foi tudo em Monastério...” (E7)
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100%</b>	

“O alojamento é a base essencial dos destinos turísticos e sem o qual estes não existem como tais. No entanto, o alojamento turístico, em geral, apenas representa para o turista um meio para desfrutar das atrações do destino no qual se situa, não constituindo, em regra, uma atração. (...) o alojamento turístico é muito variado correspondendo aos diferentes tipos de clientela, às diversas localizações e à diversidade dos tipos de turismo.” (Cunha, 2007 p. 195)

O mesmo autor afirma que existe uma grande diversidade de alojamentos, não havendo um sistema de classificação universal comum a todos os países. Estes podem variar de país para país e até de época para época. “Existem meios de alojamento em certos países que são inexistentes noutros e é frequente encontrar formas de alojamento que assumem nuns países características diferentes das dos outros.” (idem, ibidem)

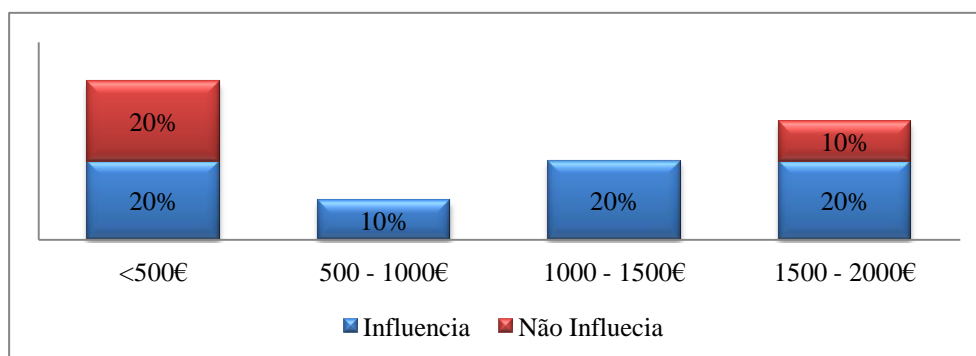
Ao longo da entrevista, os idosos foram revelando os vários tipos de alojamento que utilizaram durante as suas viagens. Através Tabela XV, compreendemos que a grande maioria, 50%, fica em hotéis, de preferência em regime de pensão completa que compreende a inclusão das refeições. Destacamos as seguintes expressões: “Mas são hotéis completos, que é para termos refeições completas” (E4); “Tudo incluído e em vários hotéis...” (E5) e “Em hotéis, geralmente está tudo incluído” (E10). Cinco seniores (31,25%), afirmaram que ficam alojados com os familiares, no entanto, dois entrevistados declaram que recusam ficar com família pois, afirmam que não gostam de incomodá-los, mas ponderam visitá-los: “ (...) não gosto de dar maçada [família] (...) gosto de pagar mais um pouco e ficar em hotéis” (E2); “Hotéis, aí não quero com a família, se é lugar que tenha família vou fazer uma visita, mas ficar à noite não” (E3). Dois idosos indicaram as pensões como alojamento, como declara o E8 “...fiquei numa pensão.” Foi ainda referido o alojamento em local religioso, tal como indica o E7 “...fui pela Igreja, foi tudo em Monastério...”.

### **1.12– Influência do preço na aquisição das viagens**

“Um dos fatores mais importantes para a tomada de decisão da viagem é o nível de rendimento disponível, ou seja, a quantidade de dinheiro que o consumidor dispõe para suportar as despesas de realização de uma viagem.” (Cunha, 2007, p. 142)

Quisemos saber se o valor das viagens tem ou não influência na hora da escolha dos seus destinos. Sete entrevistados afirmam que o valor influencia a sua escolha. Destes, cinco são mulheres (a totalidade das entrevistadas) e dois são do género masculino. Neste seguimento, destacamos as seguintes afirmações: E2 “claro (...) mas se eu não tenho [o valor total] eu vou pedinchar”, respostas semelhantes tivemos dos entrevistados E4, E6 e E9, respetivamente, “A gente vai-se sempre pelo mínimo...”; “Quando há mais baratas vamos para as mais baratas”; “Escolho a mais baratinha”. Apenas três homens disseram que o valor não influencia a sua decisão afirmando: “ [Tenho] Aquela coisinha reservadinha...” (E1); “Não, até é barato (...) se fosse por conta nossa seria o dobro [excursão religiosa com tudo incluído] ” (E5) e “Não, quando vou é metade para mim, metade para o meu irmão, mas já fui e o meu irmão não disse quanto foi ou não foi” (E8).

**Gráfico X – Rendimento mensal vs. Preço da viagem**



“Considera-se como rendimento disponível o montante de dinheiro que uma pessoa recebe após as deduções obrigatórias (...) Este rendimento é, no entanto, aplicado para suportar as necessidades básicas dos indivíduos (...) e outras despesas familiares (...), podendo sobejar uma parte que constitui o rendimento livremente disponível, isto é, que as pessoas podem aplicar na realização de viagens”. (Cunha, 2007, p. 142)

O Gráfico X apresenta as respostas dadas pelos seniores quando questionados sobre se o valor do seu rendimento mensal influencia a escolha das viagens. Do total de respostas dadas dois dos indivíduos que auferem um rendimento mensal inferior a 500€, responderam afirmativamente e os outros dois negativamente. O sénior que auferir entre 500-1000€ respondeu afirmativamente, tal como os dois idosos que estão na categoria dos 1000-1500€. Na última categoria, com rendimentos mais elevados (1500-2000€), os três indivíduos responderam distintamente. Dois declararam que o valor das viagens influencia a sua escolha e o outro respondeu negativamente. Esta análise faz-nos compreender que aqueles que têm rendimentos superiores escolhem as suas viagens baseadas no valor das mesmas e não o oposto. Ou seja, seria de esperar, que aqueles que têm os rendimentos mais baixos equacionassem mais a compra das suas viagens pelo seu valor.

### **1.13 - Experiências positivas e negativas nas viagens**

Questionados sobre o que mais os impressionou positiva e/ou negativamente durante as viagens, obtivemos respostas diversificadas. Porém as impressões positivas foram a maioria. Entre estas destacam-se as viagens religiosas “Itália e Lurdes” (E2); “A

festa do Santo Cristo nos Açores...” (E3); “Nunca tive nenhuma [experiência] negativa (...) marcou-me mais a primeira vez a igreja nova (...) da Santíssima Trindade (...) na Cova da Iria” (E5) e “Todas têm sido boas (...) o que mais gostei foi de Fátima e Lourdes [santuários] (...) Marrocos também gostei” (E10). Das experiências negativas, os entrevistados E1 e E9 responderam de forma idêntica “...Inglaterra (...) não quero estar lá muito tempo (...) é frio na rua...” (E1), “Inglaterra, um dia depois eu já queria vir-me embora” (E9). Questões de doença súbita e/ou acidentes também marcaram negativamente dois entrevistados. “Pela negativa, foi quando eu perdi o meu marido (...) nunca mais se esquece [o marido faleceu numa viagem] ” (E3) e “...uma senhora teve de ir ao hospital (...) outra que me aconteceu (...) foram-me chamar aflitos, um senhor caiu (...) partiu três costelas, foi preciso ir com ele ao hospital e depois já não sabia o que fazia... (E4).

De acordo com Saderra (1994), o grau de satisfação que os turistas podem atribuir a um produto ou a um serviço possui duas dimensões: a qualidade obrigatória e a qualidade atrativa. A primeira “refere-se aos aspetos que são esperados pelo visitante; se não os encontra sente-se insatisfeito”. A segunda dimensão, a qualidade atrativa, corresponde “aos aspetos que vão para além do esperado e que surpreendem o visitante; se não acontecem, não se sente enganado”. (cit. in Cerqueira, 2003 p.193)

#### **1.14 - Benefícios**

Quando questionados acerca dos benefícios de viajar as respostas foram positivas, mas diversas. Destacamos as seguintes expressões: “Eu sinto-me feliz (...) Quando eu começo a contar isto eu sinto que realizei-me um bocado nas viagens (...) A maior satisfação que eu levo desta vida foi o que eu viajei” (E2); “Aí, eu sinto uma alegria, primeiro eu descanso a cabeça desta vida que temos no dia-a-dia e depois andamos com pessoas que podem ser más, mas mostram boas” (E5); “Sempre se traz mais conhecimentos e amizades” (E6) e “...estar com a família.” (E9). Em suma, as viagens são realizadas como um escape ao dia-a-dia, descoberta de novos locais, mas também para o contacto com a família.

Hunter-Jones e Blackburn (2007) consideram que o facto de os seniores usufruírem de férias melhora significativamente a sua saúde, tanto a nível físico como psicológico, sendo igualmente eficaz a nível social. Entre os benefícios que estes autores identificaram nos seus estudos, encontram-se: o sentimento de relaxamento e bem-estar, e mesmo

melhorias em situações como asma e artrite (não crónicas). Foram igualmente observadas melhorias ao nível social provenientes do contato com os outros em ambiente de viagem e posteriormente ao contar a outras pessoas as suas experiências. Como exemplo deste facto, temos o E2 que afirma que, assim que volta de uma viagem, incentiva os filhos a visitar os sítios por onde passou.

“O turismo promove a oportunidade de esquecer o quotidiano, de aumentar um maior nível de participação social. (...) um dos aspetos mais importantes de praticar turismo é a oportunidade que os indivíduos têm para aprender mais sobre si próprio através do contacto com outras comunidades e realidades. (...) o acesso a férias fora do local habitual de residência contribui para o desenvolvimento pessoal e social dos indivíduos, para o seu bem-estar físico e psicológico e para o alívio das pressões quotidianas.” (Lima, Eusébio, & Varum, 2011, p. 121)

### 1.15 – Nível de satisfação

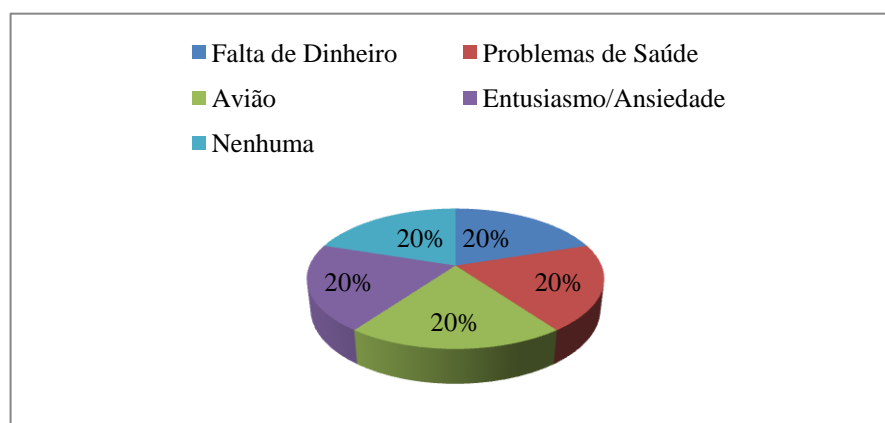
**Tabela XVI - Nível de Satisfação face às Viagens**

Nível de Satisfação	%	Expressões
<b>Favorável</b>	54,54%	<p>“Eu gosto de tudo mais ou menos (...) talvez esta coisa de carregar malas...” (E3)</p> <p>“Contente, quando chego a dentro da camionete (...) apresento-me e digo a todos (...) que aqui somos todos irmãos, somos todos unidos (...) e seguimos em frente. Sou uma pessoa com bastante idade, mas sou muito afoita” (E4)</p> <p>“Eu gosto de tudo. O que me faz conta aceito e o que não me faz conta, não aceito. (...) Não me prendo a nada destas coisas”. (E5)</p> <p>“A pessoa vai mais descansada, não tem aquela preocupação de se levantar cedo e fazer a cama. É um descanso” (E6)</p> <p>“Eu gosto é de passear” (E8)</p> <p>“Temos estado bem até agora, nos passeios”. (E10)</p>
<b>Desfavorável</b>	45,45%	<p>“O que eu mais sinto é o caminhar [cansado] (...) e o comer ” (E1)</p> <p>“Certos comeres, o que eu não gosto, não como” (E2)</p> <p>“...me desobedecerem não me agrada (...) mas graças a deus nunca ninguém me desobedeceu” (E4)</p> <p>“O que mais me desagrada é estar a arrumar as malas” (E7)</p> <p>“A falta de saúde” (E8)</p>
<b>Total</b>	<b>100%</b>	

Pedimos aos seniores para enumerarem o que mais e menos gostam ao viajar. A maioria afirmou ‘*gosto de tudo*’. Contudo, salientamos outras opiniões favoráveis: “Eu gosto de tudo. O que me faz conta aceito e o que não me faz conta, não aceito. (...) Não me prendo a nada destas coisas”. (E5); “A pessoa vai mais descansada, não tem aquela preocupação de se levantar cedo e fazer a cama. É um descanso” (E6); “Eu gosto é de passear” (E8) e “Temos estado bem até agora, nos passeios” (E10). O que os entrevistados menos gostam é da alimentação, diferente daquela a que estão habituados, de arrumar a mala e das dificuldades associadas a algumas enfermidades de que padecem e que lhes dificulta a locomoção e o pleno desfrutar das suas viagens. As expressões utilizadas pelos entrevistados foram: “O que eu mais sinto é o caminhar [cansado] (...) e o comer ” (E1); “Certos comeres, o que eu não gosto, não como” (E2); “O que mais me desagrada é estar a arrumar as malas (E7) e “A falta de saúde” (E8).

### 1.16 – Preocupações

**Gráfico XI – Preocupações que Antecedem as Viagens**



As várias preocupações que antecedem as viagens distribuem-se de uma forma idêntica para cada categoria. As preocupações enumeradas foram Falta de Dinheiro; Receio de Andar de Avião; Problemas de Saúde; Entusiasmo/Ansiedade. Também houve quem não mencionasse nada neste item.

Entre aqueles que têm receio de voar, temos as seguintes expressões: “...medo de viajar de avião...” (E3) e o E6 “Quando se vai de avião dá sempre algum receio. (...) A pessoa vai bem, mas vai ali com o coração...”. Os que indicam problemas de saúde têm receio de uma doença súbita sua mas também da sua família, tal como refere o E2 “Ando

ansiosa se há alguma coisa e eu já não posso ir (...) à minha família ou assim. (...) Tenho medo do avião mas vou.”, o E4 explica “A ansiedade que eu sinto é se alguém me adoecer...”. Já o E8 atesta que não tem preocupações, mas “o problema às vezes é a saúde”. Para o E5, a única coisa que sente é o entusiasmo para que o dia chegue. “Quando planeio uma viagem tenho aquele entusiasmo de lá chegar...”.

Os que referiram não ter qualquer tipo de preocupação responderam: “Nada.” (E7) e o E10 assevera “Nada, a gente caminha livres, se for para ir com preocupações é melhor não ir.”.

### **1.17 - Sentimentos no Regresso a Casa**

A última pergunta pretendia apurar o que os entrevistados sentem quando regressam de uma viagem. Quase todos respondem que se sentem felizes, *‘bem’*, e acrescentam que já estavam com vontade de voltar a casa. Algumas das expressões que corroboram as afirmações anteriores foram: “Estou desejando de vir para casa também. Mas penso que o que é bom acaba depressa. (...) Quando vou e gosto, quero que a minha família vá lá. É um incentivo.” (E2); “Sinto-me bem e dou graças a Deus porque realizei mais uma viagem” (E3); “Sinto-me feliz porque vejo tudo, fico feliz com o que vi” (E4); “Uma alegria (...) fui ver coisas e esperando um outro ano que vai vir” (E5) “Sento uma alegria de vir para casa” (E6) e “Eu sempre gosto do ninho [casa] ” (E7). O E1 afirma que se sente “Cansado” e o E9 “Quando chego a casa, está tudo por fazer e apanho uma “moição” nas pernas [dores nas pernas] ...”.



## 2- Interpretação de dados

O turismo sénior insere-se naquilo que Jacob (2007) denomina de animação lúdica. Esta tem como objetivos a diversão de pessoas e/ou grupos, a ocupação do tempo, a promoção do convívio e a divulgação do conhecimento, das artes e dos saberes.

Após a análise detalhada de todos os dados obtidos através das entrevistas, podemos responder à principal questão que norteou a nossa investigação, *Saber se existem seniores do Concelho de Câmara de Lobos que viajam*. A resposta é *Sim*, eles efetivamente viajam, não havendo limite de idade para o fazer, pois os entrevistados possuem entre os 65 e os 79 anos e todos pretendem continuar a viajar.

Para os entrevistados, o estado civil não é um fator impeditivo de viajar, havendo entre os entrevistados pessoas casadas, divorciadas e viúvas, e todos viajam, acompanhados, ou não. Aqueles que são casados optam pela companhia dos seus cônjuges e os que já não os têm, no caso das viúvas, viajam com outros familiares e/ou amigos, respondendo desta forma à questão sobre quem os acompanha nas viagens.

Nas questões sobre a marcação e a obtenção de informação das viagens verificámos, na primeira, que a Câmara Municipal de Câmara de Lobos e as agências de viagens têm um peso maior, mas também os sacerdotes e as excursões organizadas pelos mesmos. Quando as informações são obtidas através do “*Boca-a-boca*,” os entrevistados ouvem falar das viagens através de amigos, família, conhecidos, entre outros, dirigindo-se posteriormente aos locais onde são organizadas. Contudo, há também os que são informados de forma diferente, através do “*Senhor Padre*” e da “*Câmara*”.

Os meios de pagamento utilizados são distintos: a “pronto pagamento” e a “prestações”. Foi indicado, pelos que pagavam em prestações, que geralmente estas eram realizadas em dois momentos. Vimos que aqueles que auferem menores rendimentos são aqueles que mais pagam as suas viagens de uma só vez enquanto os restantes, caso seja possível, preferem pagar em prestações.

Quanto aos motivos que levam os idosos a saírem da sua residência para viajar, as respostas foram maioritariamente consensuais. A grande maioria respondeu que aquilo que os motivava era a aquisição de novos conhecimentos, a fuga à rotina e a realização pessoal, mas outros também indicaram ter como objetivo visitar a família que se encontra emigrada, principalmente os filhos e netos.

Os destinos escolhidos para viajar são variados e dependem, muitas vezes, das oportunidades anualmente apresentadas. Preferindo visitar sítios onde nunca foram,

alargando, assim, o seu horizonte de conhecimentos. Os locais religiosos são muito apreciados, como é caso do Santuário de Fátima, em Portugal Continental, e de Lourdes, na França.

As paisagens mais naturais também são muito apreciadas, como é o caso do Arquipélago dos Açores, pois transmitem-lhes serenidade. Alguns mencionaram ainda que preferem o campo à praia, já que não sabem nadar. Entre os que indicaram destinos internacionais, nomeadamente Inglaterra, as viagens sucedem-se porque têm filhos nesses locais, deslocando-se para com intuito de manter a proximidade familiar.

Para quase todos os destinos é utilizado o avião como meio de transporte, dado que vivem numa ilha e não existe outro meio de transporte, exceto para a ilha de Porto Santo onde o transporte é feito por barco. Após a viagem aérea utilizam preferencialmente o autocarro, que os leva desde o aeroporto até aos locais onde ficam hospedados e/ou fazem excursões nos destinos.

Quanto ao alojamento, a grande maioria prefere ficar em hotéis, visto que gozam de um maior conforto e comodidade.

Embora alguns refiram que não gostam de ficar em casa de família para '*não incomodar*', são vários os que mencionam que também ficam alojados num meio familiar. As outras opções referidas são as pensões e os mosteiros, no entanto, estas foram indicadas como exceções pelos próprios entrevistados.

Outra questão para a qual procurámos obter resposta era saber se o valor das viagens influenciava a decisão dos entrevistados na hora de escolher uma viagem. A maioria respondeu afirmativamente, declarando que o valor influencia, e tentando, deste modo, escolher viagens com um valor o mais baixo possível.

Regra geral, os idosos gostam de todas as viagens e têm tido experiências positivas durante as mesmas. As viagens que mais os impressionaram foram as visitas a locais sagrados, de culto religioso, como é o caso dos santuários e/ou festas de cariz religioso, dado que têm uma grande ligação à religião. As experiências negativas baseiam-se na falta de segurança de alguns locais para onde viajaram, como é o caso de uma entrevistada que visitou a Venezuela. Foram também referidas as doenças súbitas e os acidentes que ocorrem durante as viagens, e ainda as temperaturas mais baixas, como em Inglaterra, onde um entrevistado mencionou que sentia muito frio.

Percebemos que os benefícios são bastante variados. As descrições sugerem que se sentem felizes e realizados, esquecendo os problemas do dia-a-dia. Para muitos a sua maior alegria é poder ver e estar com a família. Acrescem ainda os benefícios do conhecimento, e

do desenvolvimento ao nível intelectual e social, já que, quando viajam em grupos, conhecem mais pessoas e criam laços de amizade, o que, nestas idades, não é comum acontecer, pois ao invés é mais natural perderem amigos e familiares.

As preocupações/ansiedades que antecedem as viagens são poucas, mas quando existem são pelo medo de viajar de avião, a possibilidade de algum imprevisto provocar a falta de dinheiro (estes idosos não utilizam outro método de pagamento que não o dinheiro) e a doença súbita, tanto da parte dos entrevistados como dos seus familiares. Já quando regressam a casa, o que sentem é saudade, visto que se sentem por vezes deslocados nos locais de férias e gostam de regressar ao seu lar, onde encontram o seu espaço pessoal. O cansaço foi também referido, pois, em excursões, os dias são preenchidos com passeios e visitas e o nível de energia que possuem nem sempre é o suficiente. Subjaz ainda a alegria, por terem tido a possibilidade e a oportunidade de ver e conhecer muitas coisas e, por último, a saudade e a vontade de poder vivenciar, mais uma vez, aquela experiência.

## **CAPÍTULO V - DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**

## **1 – Conclusões**

Este capítulo subdivide-se em duas partes, na primeira parte pretendemos responder às questões de investigação que havíamos proposto. Na segunda, e última parte, faremos as nossas considerações finais após uma síntese de toda a investigação e das conclusões a que chegámos.

### **1.1 – Respostas às questões de investigação**

No início deste trabalho delineámos algumas questões às quais pretendíamos dar resposta. Após a análise e interpretação dos dados podemos efetivamente responder a estas questões como mostradas em seguida:

**Questão 1 - Saber se alguns seniores do Concelho de Câmara de Lobos efetivamente saem dos seus locais de residência por mais de 24 horas.**

Através das entrevistas realizadas nesta investigação verificámos que alguns idosos deste concelho deslocam-se dos seus locais de residência por mais de 24 horas.

**Questão 2 - Conhecer quais os seus destinos preferidos.**

De acordo com as respostas dadas, não existe um destino “tipo” para esta faixa etária. Apesar da multiplicidade de respostas, registaram-se alguns pontos em comum, tais como as visitas a locais de carácter religioso, as saídas dos seus locais de residência para visitar familiares noutros países ou pelo simples prazer de conhecer novos países, culturas e costumes.

**Questão 3 - Determinar as razões que os levam a ausentarem-se dos seus locais de residência.**

Quando questionados sobre as suas motivações, as suas respostas misturam-se com as da questão anterior sobre os destinos, isto é, a motivação e destino estão relacionados, pois o que leva estes idosos a viajar é o desejo de visitar e conhecer novos locais, visitar a família e visitar locais religiosos.

**Questão 4 - Determinar se essas ausências se inserem no conceito de turismo.**

Concluímos através das respostas que as deslocações realizadas pelos nossos entrevistados inserem-se no conceito de turismo pois ausentam-se do seu local de residência por um período superior a 24 horas e inferior a um ano por motivos de lazer, satisfazendo, assim, as suas necessidades.

**Questão 5 - Saber de que modo os seniores têm conhecimento das viagens e efetuam as suas reservas (sozinhos ou através de terceiros).**

Os locais de informação e de reserva das viagens estão intimamente relacionados, sendo que muitas vezes os locais de informação e de marcação são os mesmos. De acordo com as respostas dadas os locais de informação são: a Câmara Municipal; o “boca-a-boca”, ou seja através de amigos e conhecidos; as agências de viagem; através de padres das várias paróquias; Casa do Povo local; família e associações religiosas. Quanto à marcação das viagens, estas são efetuadas sobretudo através da Câmara Municipal, das agências de viagens, e dos padres das freguesias.

**Questão 6 - Saber se viajam acompanhados e por quem habitualmente se fazem acompanhar.**

No que concerne à questão dos acompanhantes, verificámos que a grande maioria viaja acompanhada. Entre aqueles que se fazem acompanhar durante as viagens temos os que preferem a família e os que são acompanhados por amigos. Sendo que os homens fazem-se, normalmente, acompanhar pela família e as mulheres por amigos.

**Questão 7 – Conhecer qual a frequência com que os idosos do Concelho de Câmara de Lobos viajam.**

Segundo o que conseguimos apurar, os idosos residentes neste concelho ausentam-se do seu local de residência, em média, uma a duas vezes por ano, motivados por situações que se inserem no conceito de turismo.

**Questão 8 – Determinar quais os métodos de pagamento.**

Os entrevistados apontaram duas modalidades de pagamento das suas viagens. A pronto e a prestações, sendo que esta segunda modalidade se realiza em dois momentos, um no ato da inscrição e outro mais próximo à data de partida. Todos os pagamentos são feitos em numerário.

**Questão 9 – Conhecer quais os benefícios e preocupações que o facto de viajar trás aos seniores?**

Os benefícios são tão variados quanto aqueles que os vivenciam. Obtendo como respostas a felicidade e realização pessoais, proximidade física com a família emigrada, aumento da cultura e aumento da rede social de amigos. As preocupações apontadas, quando existem, prendem-se com o receio em andar de avião, falta de dinheiro e as doenças súbitas (dos entrevistados e/ ou familiares).

## 1.2 - Considerações Finais

O envelhecimento é inerente à condição humana e, devido aos avanços médicos na área da saúde, a média da esperança de vida tem vindo a aumentar. Este facto, aliado a um menor número de nascimentos, resulta num índice de envelhecimento mais elevado, como consta nos Censos realizados nas últimas décadas. O aumento do número de idosos acarreta novas problemáticas, destacando-se a necessidade de formar novos profissionais para ajudá-los nesta fase das suas vidas. Deste modo, o curso de Ciências da Educação – Educação Sénior tem como base esse mesmo objetivo.

De acordo com a perspetiva do ciclo vital criada por Neugarten (1975, cit. in Ballesteros, 2000), existem situações que pressupõem uma mudança para o indivíduo, como o casamento, o nascimento de um filho, a reforma, alterações profissionais, entre outros. Ou seja, os papéis que o indivíduo assume ao longo da vida trazem mudanças no auto-conceito e na sua identidade. Desta forma, o processo de envelhecimento acarreta uma profunda mudança a vários níveis: corporal, familiar e socioprofissional, bem como no esforço que a personalidade terá de dispensar na adaptação às novas condições de vida, que muitas vezes constituem um momento de alto risco para o bem-estar psicológico da pessoa. No entanto, as mudanças que ocorrem ao longo da nossa vida, quer de ordem física, psíquica e social, são normais. As mudanças registadas ao longo do processo de envelhecimento são denominadas de senescência e incluem a diminuição da visão, da audição e da locomoção, problemas digestivos e alguma perda de memória, sendo que não implicam necessariamente incapacidade nas atividades diárias do indivíduo. Logo, o período da velhice pode ser vivido sem doenças associadas. Contudo, considera-se importante distinguir o desgaste normal sofrido pelo corpo humano ao longo da vida e os quadros patológicos que podem atingir pessoas de qualquer idade.

Através da realização deste trabalho, constatámos que a definição de idoso está intimamente ligada à idade de reforma que, em Portugal, neste momento, está fixada nos 65 anos. Não é possível definir idoso sem perceber, afinal, o que é o envelhecimento. Porém, este conceito não é consensual, sendo que cada autor tem a sua própria definição consoante a sua visão. O envelhecimento poderá ser encarado sob uma perspetiva cronológica, ou seja, a idade em número, e sob uma perspetiva biológica, na diminuição da regeneração das células. Estas duas perspetivas demonstram que dois indivíduos com a



mesma idade cronológica podem ter diferentes envelhecimentos biológicos, dependendo de vários fatores.

O facto de o índice de envelhecimento estar a aumentar suscita várias problemáticas sociais, sendo a primeira a imagem socialmente negativa que a condição de idoso traz e que surgiu aquando da industrialização. A assistência aos idosos passa da esfera familiar para a social, tornando-se desta forma um problema social com a necessidade de cuidados específicos.

O envelhecimento ativo é um dos pilares fundamentais definidos pela OMS como “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, visando a melhoria do bem-estar das pessoas à medida que envelhecem”. (cit in Magalhães, 2011, p. 14). Assim, o envelhecimento ativo pressupõe a inclusão dos idosos na sociedade, fazendo-os parte integrante desta, fomentando atividades que os motivem não só em sociedade, mas também ao nível intelectual, estimulando-os e melhorando a sua qualidade de vida, de forma a conseguirem um envelhecimento bem-sucedido e positivo. Porém o conceito de envelhecimento ativo deverá ser analisado de forma individual, dado que é subjetivo e deverá ser enquadrado no contexto sociocultural. Ou seja, o ambiente em que o idoso se insere condiciona o seu envelhecimento e a forma como este progride e se manifesta.

Com a passagem à reforma, os idosos ganham tempo livre e é a forma como ocupam que condicionará o tipo de envelhecimento que terão. Os seniores deverão ser orientados para atividades que ocupem e desenvolvam as suas capacidades motoras e intelectuais, devendo estas estar de acordo com as suas preferências, para que sejam atividades realmente positivas e motivadoras.

É neste contexto que a animação social surge. Segundo Choque (2000), *animação é sinónimo de vida, de movimento, de atividade, o ato de dar vida, calor.*” (cit. in Jacob 2007).

Para Quintas e Castaño (1998), a animação sociocultural é “a intervenção dialética dos indivíduos e dos grupos com o seu meio e a intervenção sobre si mesmo, o que leva a uma melhoria da qualidade de vida.” (idem, p.45). Assim a animação social facilita a inserção dos idosos na sociedade, levando-os a participar na vida social e até mesmo a reativar papéis sociais.

Dentro destas questões do envelhecimento ativo e da ocupação do tempo livre emerge o turismo, um conceito vasto que depende dos motivos que levam os indivíduos a deslocarem-se, do modo como se deslocam e por quanto tempo. O turismo é definido pela OMT como “ o conjunto das atividades desenvolvidas por pessoas durante as viagens e

estadas em locais situados fora do seu ambiente habitual por um período consecutivo que não ultrapasse um ano, por motivos de lazer, de negócios e outros”. (Cunha, 2007, p 30).

Quisemos saber, também, como se definem os turistas, e como podem estes ser categorizados. A criação de categorias para os definir surgiu da necessidade de elaboração de dados estatísticos relativos ao turismo. Descobrimos, através da história das viagens e do turismo, que este é o um conceito tão antigo como a própria civilização e que as primeiras viagens surgiram da necessidade de procura dos alimentos nas civilizações pré-históricas. Quanto à história do turismo da RAM, percebemos que é um local de destino turístico que se iniciou com a sua descoberta no século XV.

Apesar de existirem diferentes categorias de turismo, aquela que nos interessou foi a do turismo sénior, já que é esse o público-alvo deste nosso trabalho. Compreendemos, através da nossa pesquisa, que este assume cada vez mais uma posição importante nos mercados de menor dimensão e que o turista sénior faz parte da atual sociedade de consumo e de lazer. O conceito de turista sénior é subdividido consoante a idade do idoso, sendo que, para Jean-Paul Trégner (cit. in Santos, 2011, p. 179), existem três categorias, *Masters* (entre os 50 e os 59 anos); *Liberés* (dos 60 aos 74 anos) e, por último, *Retirés* (idade igual ou superior aos 75 anos).

A compreensão de todos estes conceitos, definições e categorias levaram-nos a perceber melhor o conteúdo das entrevistas realizadas e das experiências vividas pelos intervenientes neste estudo. Estes idosos tentam ao máximo participar ativamente na vida social, levando a crer que têm um envelhecimento ativo, pois, como diz o PGM (2009, pp. 66-67) o termo “ativo refere-se à participação contínua, nas questões sociais, económicas, culturais e não somente à capacidade de estar fisicamente ativo ou fazer parte da força de trabalho”.

Combinando a investigação teórica com a investigação prática, verificámos que estes seniores com idades iguais ou superiores aos 65 anos viajam efetivamente com alguma frequência, uma a cinco vezes por ano.

Normalmente viajam acompanhados pelas suas famílias e/ou amigos, mas existem casos em que viajam sós para ir ao encontro dos seus familiares emigrados.

Os sítios onde marcam as viagens e onde obtêm as informações estão intimamente ligados e não são raras as situações em que as informações provêm de interações sociais (através de amigos e/ou familiares).

As viagens são pagas na sua totalidade ou através do recurso a prestações (normalmente são realizadas duas, uma no ato da inscrição e uma segunda mais próxima à

data de partida). Foi notório, com a análise dos dados, que aqueles que auferem rendimentos mais altos tendem a pagar em prestações, enquanto os que pagam de uma só vez recebem montantes inferiores. O valor das viagens constitui um fator de ponderação, isto é, os idosos escolhem preferencialmente as viagens mais económicas.

Os seniores viajam com a finalidade de conhecer novos locais, aumentar o seu nível de conhecimento e cultura, bem como para visitar as suas famílias, reforçando desta forma os laços de afeto e de proximidade. Por último, visitam sítios religiosos, onde procuram alguma paz interior e praticar a fé. Com esta questão, apreendemos que os sítios para onde viajam estão relacionados com a finalidade com que viajam. O facto de os idosos se encontrarem a residir numa ilha, em que o único meio de transporte é o avião, faz com que todos o utilizem. O barco é usado quando a viagem tem como destino a ilha do Porto Santo. O autocarro é usado de forma a chegar ao destino final ou em excursões, para conhecer outros locais e sítios dentro do destino.

O alojamento é preferencialmente feito em hotéis, devido ao maior conforto que os seniores encontram neste tipo de estabelecimentos. Embora existam casos de seniores que evitam ficar com familiares, este foi o segundo tipo de alojamento mais mencionado. As razões apontadas para não ficarem com familiares são o receio de incomodarem e de estarem de alguma forma dependentes dos mesmos. Os idosos gostam, quando vão de férias, de independência para poderem visitar os locais quando é conforme o desejarem.

Em geral, todas as viagens que estes turistas realizaram foram experiências positivas e enriquecedoras e os benefícios provenientes destas foram: o sentimento de felicidade; a fuga aos problemas; o alargamento das redes sociais (novas amizades); estar com a família; aumentar do conhecimento e a cultura. As preocupações e ansiedades que antecedem as viagens, quando existem, relacionam-se com situações de doença súbita ou com o receio de voar.

No regresso a casa, os sentimentos de cansaço e alegria são os mais frequentes. O cansaço é resultante do aumento do nível de atividade durante o tempo em que estão a viajar. A alegria deriva das experiências conquistadas ao longo da viagem, mas também do regresso a casa, pois os idosos tendem a sentir falta do seu espaço.

Desta forma podemos concluir que, ao trabalharmos com indivíduos da terceira idade, devemos respeitar as suas necessidades e diferenças, apoiando-os para que se responsabilizem como atores principais no percurso das suas vidas e não se remetam apenas a seres passivos, à espera que os outros os dirijam para um envelhecimento bem-sucedido e pleno.

No que concerne aos contributos desta investigação, pensamos que este estudo permitirá uma melhor compreensão desta temática, sendo que as reflexões resultantes poderão conduzir a possíveis projetos num futuro próximo.

Por último, este estudo poderá, também, contribuir para que se entenda melhor aquilo que é desenvolvido na Região Autónoma da Madeira, através das diversas instituições que trabalham com os indivíduos da terceira idade e potenciar a elaboração de estudos semelhantes.

## Bibliografia

- Acevedo, C. R. (2003). *Motivos para viajar: Um estudo com turistas maduros no contexto brasileiro*. FACEP PESQUISA, 6, N°3, pp. 78-87.
- Antão, C. (2012). Sabedoria popular: Um contributo no envelhecimento ativo. In F. Pereira, *Teoria e prática da gerontologia: um guia para cuidadores de idosos* (pp. 239-250). Viseu: Psicosoma.
- Ballesteros, R. (2000). *Gerontologia social*. Madrid: Ediciones Pirâmide.
- Baptista, J. (2005). *A Evolução do turismo na Madeira no período de 1975 a 2000*. Funchal: Palmigráfica.
- Bardin, L. (2008). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Bogdan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação*. Porto: Porto Editora.
- Cerqueira, M. (2003). A qualidade como fator de competitividade das organizações do turismo. In *Ciclo de Debates 2001: Livro de actas do seminário investigação em turismo* (pp. 191-205). Lisboa: Instituto de Financiamento e Apoio ao Turismo.
- Correia, J. (2003). *Introdução à gerontologia*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Costa, N. (2009). Turismo e transporte. In J. Simões, & C. Ferreira, *Turismos de nicho: motivações, produtos, territórios* (pp. 125-134). Lisboa: Centro de Estudos Geográficos.
- Cunha, L. (2003). *Perspetivas e tendências do turismo*. Lisboa: Edições Universitárias Lusófonas .
- Cunha, L. (2007). *Introdução ao turismo* (3ª ed.). Lisboa: Editorial Verbo.
- Cunha, M. (2009). *Animação sociocultural na terceira idade: recurso educativo de intervenção*. s.l: Ousadias.

- De La Torre, Ó. (1994). *El turismo: fenómeno social*. México: Fondo de Cultura Económica.
- EMBRATUR. (2008). *Transporte turístico terrestre*. Rio de Janeiro: Confederação Nacional do Comércio.
- Eusébio, M., Carneiro, M., Kastenholtz, E., & Alvelos, H. (2012). *Programas de turismo social*. Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Fernandes, A. (1997). *Velhice e sociedade: Demografia, família e políticas sociais em Portugal*. Oeiras: Celta Editora.
- Fernandes, J. (2009). *Noves olhares sobre velhas questões: Animação sócio-cultural com idosos*. Lisboa: ISPA.
- Ferreira, C. (2003). Perfil do turismo sénior em Portugal: Estruturação e geografia do produto com base na sua procura internacional. In IFT, *Ciclo de debates 2001: livro de actas do seminário investigação em turismo* (pp. 233-242). Lisboa: Instituto de Financiamento e Apoio ao Turismo.
- Figueira, V., & Dias, R. (2011). *A responsabilidade social no turismo*. Lisboa: Escolar Editora.
- Fonseca, A. M. (2005). O envelhecimento bem-sucedido. In C. Paúl, & A. Fonseca, *Envelhecer em Portugal: Psicologia, saúde e prestação de cuidados* (pp. 281-308). Lisboa: Climepsi Editores.
- Fontaine, R. (2000). *Psicologia do envelhecimento*. Lisboa: Editora Climepsi.
- Fortin, M. (2006). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. (N. Salgueiro, Trad.) Montreal: Chenelière Éducation.
- Fortin, M., Côté, J., & Fillion, F. (2006). *Fundamentos e Etapas do Processo de Investigação*. (N. Salgueiro, Trad.) Montreal: Chenelière Éducation.
- Freixo, M. J. (2009). *Metodologia científica: Fundamentos métodos e técnicas*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Fromer, B. (2003). *Turismo e terceira idade*. São Paulo: Aleph.

- Gee, C., & Fayos-Solá, E. (2003). *Turismo internacional: uma perspetiva global* (2ª ed.). (R. C. Costa, Trad.) Porto Alegre: Bookman.
- Hill, M., & Hill, A. (2002). *Inestigação por questionário*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Hunter-Jones, P., & Blackburn, A. (2007). Understanding the relationship between holiday taking and self-assessed health: An exploratory study of senior tourism. *International Journal of Consumer Studies*, 31, 509-516.
- Ignarra, L. (2001). *Fundamentos do turismo*. São Paulo: Pioneira.
- Imaginário, C. (2005). *O idoso dependente em contexto familiar*. s/l: Edições Sinais Vitais.
- Instituto Nacional para a Reabilitação. (2011). *Turismo acessível em Portugal: lei, oportunidades económicas, informação*. Lisboa: Seleprinter Artes Gráficas.
- Jacob, L. (2007). *Animação de idosos: Atividades*. Porto: Ambar.
- Jacob, L. (2012). *Animação de idosos: Novas atividades*. Almeirim: Rutis.
- Lee, H., & Tideswell, C. (Julho de 2005). Understanding attitudes towards leisure travel and the constraints faced by senior Koreans. *Journal of Vacation Marketing*, 11, nº 3, 249-263.
- Lenoir, R. (1990). "Objet Sociologique et problème social". In C. e. all, *Initiation à la Pratique Sociologique* (pp. 60-70). Paris: Dunod.
- Lima, J., Eusébio, M., & Varum, C. (2011). Turismo e exclusão social: O turismo social como potencial instrumento de aprendizagem. In C. Oliveira, J. Pinto, & L. Ferreira, *Turismo património e inovação* (pp. 119-134). Porto: Afrontamento.
- Lopes, A., & Gonçalves, C. M. (2012). Envelhecimento ativo e dinâmicas sociais contemporâneas. In C. Paúl, & O. Ribeiro, *Manual de gerontologia: Aspectos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento* (pp. 203-229). Lisboa: Lidel.
- Lopes, M. d. (2006). *Animação sociocultural em Portugal*. Chaves: Gráfica do Norte.
- Loureiro, L., & Domingues, C. (2007). *Turismo sénior*. Viana do Castelo: Instituto Politécnico de Viana do Castelo.

- Magalhães, E. (2011). O envelhecimento ativo: Uma perspectiva psicossocial. In L. Jacob, & H. Fernandes, *Ideias para um envelhecimento ativo* (pp. 11-39). Almeirim: RUTIS.
- Neves, J. (2008). As motivações turísticas dos viajantes seniores das universidades portuguesas da terceira idade. In C. Cavaco, *Turismo, inovação e desenvolvimento: actas do I seminário turismo e planeamento do território* (pp. 101-122). Lisboa: Centro de Estudos Geográficos.
- Nunes, M. (2005). *O Envelhecimento no feminino: Um desafio para o novo milénio*. Lisboa: Impresse 4.
- Oliveira, Y. (1996). O lazer do idoso. In R. Rodrigues, & M. Diogo, *Como cuidar dos idosos* (pp. 113-120). Campinas: Papirus.
- Papalia, D., & Olds, S. (2000). *Desenvolvimento humano* (7ª ed.). Porto Alegre: Artes Médicas Sul.
- Paúl, C. (2005). A construção de um modelo de envelhecimento humano. In C. Paúl, & A. Fonseca, *Envelhecer em Portugal: Psicologia, saúde e prestação de cuidados* (pp. 21-46). Lisboa: Climepsi.
- Paúl, C., & Ribeiro, O. (2012). *Manual de Gerontologia: Aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento*. Lisboa: Lidel.
- Paúl, M. (1997). *Lá para o fim da vida: Idosos, família e meio ambiente*. Coimbra: Almedina.
- Pauli, C. (2001). *O lazer na terceira idade: Um estudo de caso*. São Paulo: Dissertação (Mestrado em Turismo) - Centro Universitário Ibero-Americano.
- Pereira, F. (2012). A ideia de vida ativa. In F. Pereira, *Teoria e prática da gerontologia: Um guia para cuidadores de idosos* (pp. 207-213). Viseu : Psicosoma.
- Pimentel, L. (2001). *O Lugar do Idoso na Família: Contextos e Trajectórias*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Piñeiro, R., Sarasquete, A., Fernández, F., & Santos, J. (2002). *Actividade física y ocio en gerontología*. S/L: Segá.



- Pinto, A. M. (2001). *Envelhecer vivendo*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Português, C. (2005). *Reinventando o turismo em Portugal: estratégia de desenvolvimento turístico português no 1º quartel do século XXI*. Lisboa: Multitipo.
- Prado, A. (2006). Turismo e geração: Jovens e idosos. In *Turismo Social: Diálogos do Turismo: Uma viagem de inclusão* (pp. 306-314). Rio de Janeiro: Ministério do Turismo.
- Queirós, M. (2004). *Mudanças familiares nas sociedades ocidentais: Um Irremediável fator das solidariedades primárias*. Porto: Edições Afrontamento.
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. (1998). *Manual de investigação em ciências sociais*. (2ª ed.). Lisboa: Gradiva.
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. V. (2005). *Manual de investigação em ciências sociais* (4ª ed.). (J. Marques, M. Mendes, & M. Carvalho, Trans.) Lisboa: Gradiva.
- Ribeiro, D. (2001). Envelhecimento. In L. F. Silva, *Ação social na área da família* (pp. 169-200). Lisboa: Universidade Aberta.
- Rodrigues, R., Diogo, M., & Barros, T. (1996). O envelhecimento do ser humano. In R. A. Rodrigues, & M. Diogo, *Como cuidar dos idosos* (pp. 11-16). Campinas: Papirus.
- Rosa, M. (1999). *O envelhecimento da população portuguesa*. Lisboa: Público.
- Saldanha, H. (2009). *Bem viver para bem envelhecer*. Lisboa: Lidel.
- Sampaio, R., Quintela, M., Sousinha, M., Bernardo, M., Abreu, I., Lopes, A., Cardoso, A. (1999). *Programa e Apoio Integrado a Idosos*. Lisboa: Scarpa Impressores.
- Sampieri, R., Collado, C., & Lucio, P. (2006). *Metodologia de pesquisa* (3ª ed.). São Paulo: McGraw-Hill.
- Santos, C. (2011). Turismo sénior: importância, desafio e estratégia. In L. Jacob, & H. Fernandes, *Ideias para um envelhecimento ativo* (pp. 163-191). Almeirim: Rutis.
- Santos, J. (2000). *Gerontologia social*. Santiago de Compostela: Segal.
- Santos, J., Nieto, D., & Quintanilla, J. (2003). *Biogerontología*. Segal.

- Schiffman, L. (1997). *Comportamento do Consumidor*. Rio de Janeiro: Ltc.
- Sequeira, C. (2010). *Cuidar de idosos com dependência física e mental*. Lisboa: Lidel.
- Squire, A. (2005). *Saúde e bem-estar para pessoas idosas: fundamentos básicos para a prática*. Loures: Lusociência.
- Vaz, E. (2008). *A velhice na primeira pessoa*. Penafiel: Editorial Novembro.
- Vera, A. (s/d.). *Metodologia da pesquisa científica* (8ª ed.). São Paulo: Editora Globo.
- Vieira, J. (2007). *Planeamento e ordenamento territorial do turismo: uma perspectiva estratégica*. Lisboa: Verbo.
- Yin, R. (2008). *Case study research: Design and methods (applied social research methods)*. s/l: Sage.
- Yin, R. (2014). *Case study research: Design and methods* (5ª ed.). Sage.
- Zimmerman, G. (2000). *Velhice: aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artmed Editora.

## Revistas

- Calçada, J. C. (2009). Turismo sénior: (re) contextualização das clientelas turísticas seniores. In A. Santos, M. Loureiro & V. Fragoso (Org.), *Revista Transdisciplinar de Gerontologia*, Vol. 3, nº1 Abril- Outubro, pp. 49-66
- Carrilho, M. & Patrício, L. (2010). A situação demográfica recente em Portugal. In Instituto Nacional de Estatística (Org.), *Revista de Estudos Demográficos*, nº48, pp. 101-138
- Cavaco, C. (2009). Turismo sénior: perfis e práticas. *Journal os Tourism Studies*, Vol. 2 (Nº2), 33-64.

## Sítios da Internet

Instituto Nacional de Estatística (2002). *O envelhecimento em Portugal: Situação demográfica e socioeconómica recente das pessoas idosas*. Consultado a 14 de Janeiro de 2014 em: [http://censos.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=107149&att\\_display=n&att\\_download=y](http://censos.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=107149&att_display=n&att_download=y)

Instituto Nacional de Estatística (2012a). *Censos 2011: Resultados definitivos*. Consultado a 14 de Janeiro de 2014 em: [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_publicacoes&PUBLICACOESpub\\_boui=377711&PUBLICACOESstema=55466&PUBLICACOESmodo=2](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_publicacoes&PUBLICACOESpub_boui=377711&PUBLICACOESstema=55466&PUBLICACOESmodo=2)

Instituto Nacional de Estatística (2012b). *Censos 2011: Resultados definitivos. Região autónoma da Madeira*. Consultado a 14 de Janeiro de 2014 em: [http://censos.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=156661993&att\\_display=n&att\\_download=y](http://censos.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=156661993&att_display=n&att_download=y).

Cavaco, C. (2009). *Turismo sénior: perfis e práticas*. Consultado a 08 de Janeiro de 2014 em <http://revistas.ulusofona.pt/index.php/jts/article/view/515/418>

Direção Regional de Estatística da Madeira (2012). *Quadros estatísticos: dados aferidos aos resultados definitivos dos censos 2011*. Consultado a 14 de Janeiro de 2014 em [http://estatistica.gov-madeira.pt/index.php?option=com\\_demografia\\_ie&Itemid=223](http://estatistica.gov-madeira.pt/index.php?option=com_demografia_ie&Itemid=223)

Dicionário Priberam (2013). Consultado a 13 de Setembro de 2014 em: <http://www.priberam.pt/dlpo/anima%C3%A7%C3%A3o>

Estudante, C. (2011a). *O turismo na RAM (I)*. Consultado a 04 de Fevereiro de 2014 em: [http://www.bprmadeira.org/imagens/documentos/File/bprdigital/dossier/turismo\\_ram\\_I\\_01062011JM.pdf](http://www.bprmadeira.org/imagens/documentos/File/bprdigital/dossier/turismo_ram_I_01062011JM.pdf)

Estudante, C. (2011b). *O turismo na RAM (II)*. Consultado a 04 de Fevereiro de 2014 em: [http://www.bprmadeira.org/imagens/documentos/File/bprdigital/dossier/turismo\\_ram\\_I\\_I\\_02062011JM.pdf](http://www.bprmadeira.org/imagens/documentos/File/bprdigital/dossier/turismo_ram_I_I_02062011JM.pdf)

Estudante, C. (2011c). *O turismo na RAM (III)*. Consultado a 04 de Fevereiro de 2014 em: [http://www.bprmadeira.org/imagens/documentos/File/bprdigital/dossier/turismo\\_ram\\_II\\_04062011JM.pdf](http://www.bprmadeira.org/imagens/documentos/File/bprdigital/dossier/turismo_ram_II_04062011JM.pdf)

Jacob, L. (2007) *Animação de idosos*. Consultado a 13 de Setembro de 2014 em: [http://www.socialgest.pt/\\_dlds/manualanimacaoidosos.pdf](http://www.socialgest.pt/_dlds/manualanimacaoidosos.pdf)

Pestana, H. & Gageiro, J. (2004). *Turismo e envelhecimento demográfico: uma realidade de futuro*. Consultado a 20 de Outubro de 2013, em [http://www.apdemografia.pt/ficheiros\\_comunicacoes/1552971605.pdf](http://www.apdemografia.pt/ficheiros_comunicacoes/1552971605.pdf)

Secretaria Regional dos Assuntos Sociais. (2009). *Plano Gerontológico da Região Autónoma da Madeira*. Consultado a 14 de Novembro de 2013, em [http://sras.govmadeira.pt/index.php?option=com\\_docman&task=doc\\_download&gid=27&Itemid=39](http://sras.govmadeira.pt/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=27&Itemid=39)

Secretaria Regional do Turismo da Madeira. (2014). *História da Madeira*. Consultado a 15 de Janeiro de 2014, em <http://www.visitmadeira.pt/?s=menu&e=/madeira/historia-tradicao&i=por>